ماہنامہ حکیم مشرق لائل پور
قیمت:-
کی خاص اشاعت
نسائیات
(عورتوں کے متعلق)
مدیر:-
زبدۃ الحکما حکیم سید منظور احمد زیدی
SAADAT

رجسٹرڈ ایل نمبر ۵۷۳۲

پاکستان اور ہندوستان میں اپنی طرز کا بہترین طبی مجلہ
مقامِ فکر و نظر تک ہے دسترس اسکی
بہت بلند ہے رتبہ حکیم مشرق کا

ماہنامہ حکیم مشرق لائلپور کا خاص نمبر

(موسوم بہ)

# نسائیات

بابت ماہ جنوری فروری ۱۹۵۳ء

:- ادارۂ تحریر :-

مدیر :- زبدۃ الحکماء حکیم سید منظور احمد زیدی گولڈ میڈلسٹ

مدیر معاون :- حکیم سید بشیر احمد زیدی۔

مدیر اعزازی :- مسٹر سلیمان حسین - ایم - ایس - سی

(قیمت ۸/-)

پاکستان الیکٹرک پریس بھوانہ بازار لائلپور میں باہتمام حکیم سید منظور احمد زیدی ایڈیٹر پرنٹر پبلشر چھپکر دفتر رسالہ حکیم مشرق متصل سینما لائلپور سے شائع ہوا)

([illegible] لائلپور)

یہ کتاب آپ اس پتہ پر بھی خرید سکتے ہیں۔ الہی سنز۔ تاجر کتب - امین پور بازار - لائلپور

# فہرست مضامین

# تعارف

حکیم مشرق کا سالنامہ نسائیات کے نام سے پیش خدمت ہے۔

خدا تعالےٰ کا شکر ہے جس کی توفیق سے حسب وعدہ ہم احباب کی خدمت میں سالنامہ پیش کر رہے ہیں۔ ہم یہ تو نہیں کہہ سکتے کہ اس میں سب کچھ ہے۔ لیکن یہ ضرور پوچھ سکتے ہیں کہ اس میں کیا کچھ نہیں ہے۔

عورت کی معنوی حیثیت۔ ازدواجی زندگی قرآن حکیم کی روشنی میں۔ عورت مذاہب عالم اور اسلام۔ بچوں کا مستقبل ماں کے ہاتھوں میں ہے۔ کچھ مری شادی سے پہلے کچھ مری شادی کے بعد۔ رفیقۂ حیات میں عورت کے متعلق کس موضوع پر بحث نہیں کی گئی۔ کونسا پہلو تشنۂ تکمیل رہا۔ جس مضمون کو پڑھیے آپ کو مجبوراً کہنا پڑے گا کہ:۔

کرشمہ دامن دل مے کشد کہ جا ایں جا است

زچہ اور بچہ کے متعلق ہر قسم کا مواد موجود پائیں گے۔ امراض اور ان کا علاج۔ حفظانِ صحت کے متعلق ہر قسم کی ہدائتیں وغیرہ۔ گویا یہ سالنامہ آپ کی رہنمائی کے لئے ایک چھوٹی سی بڑی کتاب ہے۔

ہمیں افسوس ہے کہ بہت سے مضامین سالنامہ میں درج نہیں ہو سکے۔ جو بالاقساط حکیم مشرق میں درج ہوتے رہیں گے۔ ان کے نہ شائع ہونے کی وجہ کاغذ کی انتہائی گرانی کے سوا اور کچھ نہیں۔ خدا نے چاہا تو اس کمی کو دوسری اشاعت میں پورا کر دیا جائے گا۔

وما توفیقی اِلّا باللہ۔ (ایڈیٹر)

ہمارے شریک کار:-

# ۱- جناب حکیم السیّد محمود الرضوی صاحب فاضل الٰہیات

آپ جگراؤں مشرقی پنجاب کے مشہور خاندان سادات کے چشم و چراغ ہیں۔ آپ کے مختصر حالات آپ ہی کے قلم سے لکھے جاتے ہیں۔

عوام جن شہرتوں کے لئے شام و سحر ایک مسلسل تگ و دو میں مصروف نظر آتے ہیں۔ اور ان کو نہایت حریصانہ نظروں سے دیکھتے ہیں۔ میں اُن سے وحشت زدہ ہو کر دُور بھاگتا ہوں۔ مگر یہ ہیں کہ خواہ مخواہ گلے کا ہار بنجاتی ہیں۔ لوگ، خاندانی فضیلتوں کی شمعیں جلا کر اپنے آپکو تابندہ کرنے کی کوششیں کرتے ہیں۔ لیکن اپنا تو یہ خیال ہے کہ اپنی ہی فضیلتیں ظاہر نہیں ہونے دیتے (گو کہ میرا خاندان ایک قدیم علم و فضل اور تمول کے لحاظ سے پنجاب بھر میں ممتاز رہا ہے)

زمانۂ طالبعلمی میں بیسیوں ایسے خطابات سے نوازا گیا کہ دنیا والے بسیار جستجوؤں اور محنتوں سے اسکے متمنی رہتے ہیں۔ مگر میں نے آج تک اپنے نام کو انکا شرمندۂ احسان نہیں ہونے دیا۔ لکھنؤ فاطمیہ کالج میں دو خطابات میرے لئے مخصوص ہوئے تھے ثقۃ الادب اور رئیس الفقہاء۔ یہ وہ خطابات تھے جو علمائے وقت نے تفویض کئے تھے۔ مگر لکھنؤ سے ترکِ سکونت کرنے کے بعد انہیں بھی وہیں چھوڑ آیا۔

جامعہ ازہر قاہرہ سے فاضلِ الٰہیات ہوا۔ اب لے دے کے ایک طبیب ہوں۔ جو بقدرِ کفاف روزی کما لیتا ہوں۔ آپ حکیم مشرق کے خاص سرپرستوں میں سے ہیں۔ حکیم مشرق میں طب قدیم کا پس منظر آپ کا مسلسل مضمون شائع ہو رہا ہے۔ جس سے آپ کی طبی بلند پروازی ظاہر ہے۔ ادبی حیثیت بہت بلند ہے۔ ہر معاملہ میں اپنی انفرادیت کو کسی شکل میں بھی ہاتھ سے نہیں جانے دیتے۔ ان دنوں "تلخیص مرج البحرین" میں مصروف ہیں۔ آپ کا وجود طبی دنیا کے لئے بسا غنیمت ہے۔

## ۲- جناب حکیم محمد یار صاحب صنا فار قلیط زبدۃ الحکماء

آپ عربی فارسی اور انگریزی میں ید طولیٰ رکھتے ہیں۔ لکھتے ہیں تو ایسا معلوم ہوتا ہے۔
کہ ایک دریا ہے جو امنڈا آرہا ہے۔ حکیم مشرق کی خوش قسمتی ہے کہ وہ اپنے آپکو ہمیشہ کے
لئے اس سے وابستہ کر چکے ہیں۔ اور حق بات یہ ہے کہ آپ نے حکیم مشرق کے لئے
بہت کچھ کیا ہے۔ اور بہت کچھ کر رہے ہیں۔ طبی مسائل میں مجتہدانہ رائے رکھتے
ہیں۔ آج کل حکیم مشرق کے لئے العمدۃ الجراحت کے ترجمہ میں مصروف ہیں۔

## ۳- جناب صبا نقوی صاحب

آپ ضلع حصار مشرقی پنجاب کے ایک مشہور قصبہ بروا سیداں میں ایک چوٹی
کے رئیس اور اعلیٰ خاندان سادات میں پیدا ہوئے۔ پیران کلیر شریف کے مغرب کی
طرف بیڑ لوپر نامی گاؤں میں اپنے تایا کے ہاں جو یہاں ایک درگاہ کے گدی نشین ہیں
تعلیم کے لئے لائے۔ لیکن یہاں رہنے کا کوئی انتظام نہ ہو سکا۔ قاعدہ سیرت القرآن۔
ابتدائی اردو قاعدہ۔ اور اُردو کی پہلی کتاب ایک حافظ صاحب سے پڑھی۔ باقی لکھنا۔
پڑھنا سب اپنی محنت سے سیکھا۔ تایا صاحب صوفی تھے۔ انہیں بھی اسی رنگ میں رنگنا
چاہتے تھے۔ ذرا ذرا سی بات پر نہایت سختی سے پیش آتے۔ ان کے احتساب کی سختی
نے تمام صلاحیتیں مردہ کر دیں۔ ذہن مفلوج اور صحت برباد ہو گئی۔

پاکستان بننے کے ایک سال بعد یہاں اپنے خاندان سے آملے۔ اپنی والدہ محترمہ
اور حضرت حفیظ جالندھری کی امداد سے ادیب عالم امتیاز کے ساتھ پاس کیا۔ اس کے
بعد بغیر کسی تیاری کے منشی اور میٹرک کے امتحان میں اچھے نمبروں میں کامیاب ہوئے۔
اب ایک ایسی جگہ ملازمت کر رہے ہیں۔ جہاں آپ کا دل نہیں مانتا۔ مگر مجبوری معذوری۔

آپ حکیم مشرق میں حفظانِ صحت کے متعلق بچوں کے لئے افسانے لکھتے ہیں - اور بہت اچھا لکھتے ہیں - کچھ میری شادی سے پہلے کچھ میری شادی کے بعد پڑھیے اور محظوظ ہوجیے - ادبی دنیا آپ کے نام سے پوری طرح واقف ہے -

## ۴ - شیخ المعالجات رئیس الاطبا علامہ جناب حکیم و ڈاکٹر عبد الشکور صاحب

آپ ہندوستان کے اطبا میں قابل ترین ہستی ہیں - کوئی طبی رسالہ ہوگا جس میں آپ کے علمی اور تحقیقاتی مضامین شایع نہ ہوئے ہوں - آپ نہایت بااخلاق بزرگ ہیں - طبیعت میں بخل نام کو بھی نہیں - طب کے لئے زندگی وقف کر رکھی ہے - حکیم مشرق میں آپ کے مسلسل مضامین شایع ہو رہے ہیں - اور انشاءاللہ تعالےٰ ہوتے رہیں گے - اگلے پرچہ میں آپکا فوٹو اور مفصل حالات شایع کئے جائیں گے -

## ۵ - جناب حاجی حکیم مجید احمد صاحب ناروی

آپ ۱۹۲۰ء میں پیدا ہوئے - فارسی اور عربی کی مکمل تعلیم - اور انگریزی معمولی طور پر پڑھی - فارسی ادب کی کوئی ایسی کتاب ہوگی جس کا آپ نے مطالعہ نہ کیا ہو - زمانۂ تعلیم ہی سے آپ نے علم طب جناب فخر الحکماء مولینا حکیم حافظ سید فخر الدین صاحب الحاج قبلہ جعفری الہ آبادی سے حاصل کیا - اور عرصہ دراز تک ان کے مطب میں حاضر رہے - فن طب کی قدیم یا جدید کوئی ایسی کتاب نہ ہوگی جو آپ کے مطالعہ سے نہ گذری ہو - مطب کے اوقات کے بعد طبی تصنیف اور مطالعہ کا مشغلہ رہتا ہے - آپ کا خیال ہے کہ اصولی علاج کے ساتھ ساتھ مجربات اور کشتہ جات وغیرہ کا استعمال ہونا چاہیئے - دو سال ہوئے آپ حج بیت اللہ کے لئے گئے تھے - راستے میں وہاں بھی برابر طبی خدمات

سرانجام دیتے رہے۔

## ۶ - جناب حکیم و ڈاکٹر فضل خالق صاحب

آپ اپنے علاقہ کے ایک مشہور طبی خاندان کے چشم و چراغ ہیں۔ ابتدائی دینی اور طبی تعلیم اپنے بزرگوں سے حاصل کی۔ اس کے بعد طبیہ کالج دہلی سے تکمیل علم کر کے کامل الطب والجراحت کی سند حاصل کی۔ آپ ۱۹۴۱ء سے باقاعدہ مطب کر رہے ہیں۔ مشتبہ اور پیچیدہ امراض کے علاج۔ علم الادویہ جدید اور ڈاکٹری پیٹنٹ ادویات پر آپکو عبور حاصل ہے۔ دیسی جڑی بوٹیوں سے انجکشن تیار کر کے استعمال کرتے ہیں۔ اس کے علاوہ ہومیو پیتھی اور الیکٹرو پیتھی کے بھی ماہر ہیں۔

## ۷ - ڈاکٹر افتخار احمد آفریدی

آپ بمقام علی گنج (یو۔پی) میں پیدا ہوئے۔ ابتدائی اور انتہائی تعلیم ایف اے تک متھرا میں حاصل کی۔ ابتدا سے ہی آپ کو ہومیو پیتھک سے دلچسپی تھی۔ اکثر مطالعہ میں ہومیو پیتھک کتب رہتی تھیں۔ آخر اپنے اس ذوق کے تکمیل کے لئے متھرا کے مشہور ہومیو پیتھک ڈاکٹر سری گوسوامی کے زیر سایہ پریکٹیکل ہومیو پیتھک ڈاکٹری علم حاصل کیا۔ اور پھر دسمبر ۱۹۴۲ء میں نیشنل میڈیکل کالج کلکتہ سے باقاعدہ امتحان پاس کیا۔ اکتوبر ۱۹۴۳ء میں چند احباب کے زور دینے پر فوج میں بھرتی ہو گئے۔ اور کورس پورا کرنے کے بعد سیکنڈ لیفٹیننٹ ہو کر جاپان وار پر گئے۔ نومبر ۱۹۴۵ء میں پھر ہندوستان واپس آ گئے۔ اور ملازمت سے علیحدگی اختیار کر کے

باقاعدہ ڈاکٹری پریکٹس شروع کر دی۔ اور اس کے ساتھ ساتھ طبی تعلیم کو بھی پیش نظر رکھا۔ اور اب تک ہے۔ ہندوستان اور پاکستان کے مشہور ہومیو پیتھک اور طبی رسائل کے لیے ہندی۔ اردو۔ انگلش میں مضامین لکھتے رہتے ہیں۔ آپ کا مضمون رفیقۂ حیات ملاحظہ فرمایئے۔

کئی دوسرے نامہ نگار حضرات جن کے حالات وقت پر ہمیں نہیں مل سکے شائع نہیں ہو سکے ان کیلئے ہم معذرت خواہ ہیں۔

# عورت کی معنوی حیثیت

از جناب حکیم السید محمود الرضوی فاضل الٰہیات
(جامع ازہر، مصر)

مرغزار ہستی میں جب موسم بہار کی بہکی ہوئی متوالی ہوائیں چلنے لگیں اور معصوم کلیوں نے پیکر دوشیزگی سے باہر قدم رکھا۔ تو اس عالم رنگ و بُو نے فطرت سال خوردہ میں تموّج و بے خودی کے جذبات سمو دیئے۔ صانع حقیقی نے جملہ رنگینیاں اور شادابیاں سمیٹ کر ایک نہایت لطیف تخئیل وضع کیا۔ یہ تخیل صدیوں کرّۂ زمہریر کے دامن میں سکون پذیر رہا۔ ملاءِ عرش حیران تھے کہ یہ سب کیا ہو رہا ہے۔ آخر فطرت کی مصوّرانہ مزاولتوں نے ایک جسدِ قوی کی تعمیر کی۔ ادھر تخیلِ لطیف نے کے ہیولے میں تمام رعنائیاں بھر کے ایک مافوق الادراک تخلیق عالم مرئیات کو تفویض کی۔ جسدِ قوی نے صرف ایک نظر دیکھا اور ہوش و خرد کے گریباں چاک کر ڈالے۔ طلب و عشق کے قاصد صنفِ لطیف کے حضور پہنچ چکے تھے۔ یہ ایک تمہیدی آغاز تھا۔ کتابِ آفاق کے اہم کرداروں کا۔ محسوساتِ عالم پر ایک نظر ڈالیئے تو معلوم ہوگا کہ زندگی کے جملہ اقدار محض عورت کی ذات کے مرکزِ ثقل کے گرد گھومتے ہیں۔ مدنیت و معاشرہ کی بنیادیں جب بھی استوار ہوئیں

اس میں عورت کے ہاتھ کا بہت دخل تھا۔ اس کے بغیر ہماری تہذیبیں ادھوری ہمارے عزائم پست اور زندگی ایک کسک بن کر رہ جاتی ہے۔ علماء و فلسفین یونان و ایران نے صنفِ لطیف کے ادراک کیلئے عمریں صرف کر دیں۔ ہزاروں نظریات قائم کئے۔ اور یہ کوشش کی کہ صنفِ قوی کی انفرادیت بغیر سہارے کے بحالتِ اصلیہ محفوظ رہے۔ مگر دفتروں کے دفتر سیاہ کر چکنے کے بعد انہیں محسوس ہوا۔ کہ حقائق بدیہی کیلئے دلائل تلاش کرنا عبث و بیکار ہے۔ وہ جتنا اس کی گہرائیوں میں گئے اتنا ہی معرفت کی منزل سے دُور ہوتے چلے گئے۔ فلسفیانہ موشگافیوں اور زندگی بھر کی کاوشوں کا جب خون ہوتے دیکھا۔ تو بیک زبان پکار اُٹھے۔ اے عورت تو حجابِ اکبر ہے۔ اے عورت تو زندگی کی کمزوری ہے۔ انسان کی ضد اور تحقیق برابر اس فطرت کے حسین معمہ کو سلجھانے کی سعی میں مصروفِ کار رہی۔ مگر ان کے دلائل و فلسفے ہمیشہ اس پیکرِ محبوبیت کے قدموں میں سرنگوں نظر آئے۔

اس فاش شکست کے بعد بھی صنفِ قوی پیہم اس امر میں کوشاں رہی۔ کہ کسی نہ کسی طرح اس سے اپنی انفرادی برتری کو تسلیم کرایا جائے۔ تو اسکا حل اُس نے یہ ڈھونڈا کہ اس کو از سر تا پا معاشیات کی الجھنوں میں ڈال دیا۔ جذبۂ معصیت و بہیمت سے مسلسل نبرد آزما رہا۔ صنفِ لطیف کے محسوسات ان منتقمانہ جذبات سے سخت مجروح ہوئے۔ جن کا نتیجہ یہ ہوا۔ کہ وہ زندگی کے ہر شعبے میں انتہا پسند بن کر رہ گئی۔ لیکن اس کے عفیف و لطیف ارادوں نے کبھی یہ گوارا نہ کیا۔ کہ اس خود پسند و مطلب پرست صنف کو ذلیل کرے۔ اس نے ہمیشہ اپنے کمزور بازوؤں کا سہارا دیکر اس کو قعرِ مذلت و نکبت سے نکالا اور اُسے اس قابل بنا دیا۔ کہ وہ حوادثات و سانحات کا جگر

مقابلہ کرتے رہے ۔ دنیائے عالم کی جملہ تہذیبیں اپنے اس سیاہ داغ کو چھپانے
سے ہمیشہ قاصر رہی ہیں ۔ کہ اُس نے مختلف ادوار میں کن ہوس خیز جذبات
کے تحت اس کا مطالعہ کیا ۔ ان کے نزدیک یہ شبِ تاریک کی نورپاش شمع
ایک شباب کی کروٹ خلوتِ خاموش کا رنگین شغل اور بسترِ بہانہ کی ایک شکن
ہی رہی ۔ باوجودیکہ ان کی طفلی نے اسی مقدس و محرور آغوش میں پرورش
پائی ۔ اسی مادرانہ شفقت اور فطری رجحانات نے انہیں پروان چڑھایا ۔
مگر اپنی جنس کے تفوق نے ہمیشہ انہیں مغالطہ میں رکھا ۔ اور وہ صحیح طور پر اس
کا ادراک کر ہی نہ سکے ۔ ان کی عقلیں ہمیشہ اُس پر پھبتیاں کستی رہیں اجارہ دارانِ
مذاہب و تہذیب نے جب اس صنفِ لطیف کی حسیات کو نشوونما کا موقعہ
دیا تو تاریخِ عالم اس پر شاہد ہے ۔ کہ اُس نے اپنے جوہرِ اصلیہ کا کس سلیقہ
و شستگی سے مظاہرہ کیا ۔ علوم و فنون کا کوئی ایسا شعبہ نہ تھا کہ جس میں اُس نے
اپنا مقام پیدا نہ کیا ہو ۔ اور معراجِ کمال کی کوئی ایسی منزل نہ تھی ۔ جس پر یہ نہ پہنچی
ہو ۔ مگر تنگ فطرت اور حاسدِ ازلی صنفِ قوی نے اس کی ارتقائی فضیلتوں پر
خود ساختہ آئین کا پردہ ڈال دیا ۔ اور اس کے لطیف احساسات کے مقابرہ
تعمیر کرنے میں مصروف رہی ۔ ہمارے معاشرہ میں عورت کے لئے دو اہم مقام ہیں ۔

**(۱) عورت بحیثیت ماں (۲) عورت بحیثیت پیکرِ محبت**

ماں نو مہینے متواتر یہ کفارۂ مرد ادا کرتی رہی ۔ سینکڑوں عوارضات اُسکے
جان کے لاگو ہوئے ۔ ہزاروں مصائب شام و سحر اسکا تعاقب کرتے رہے ۔
تمام دُنیا کی لذتیں اس نے اپنے نفس پر حرام کر لیں ۔ تعیش و رعنائیوں کے تخیل
فرسودہ ہو گئے ۔ لیکن پھر بھی اس کے پاکیزہ ہونٹوں پر حرفِ شکایت نہیں آیا ۔
آخر اس نے اس طویل جانکاہی کے بعد عجیب سا مضغہ بسترِ زچگی پر اگل دیا ۔

مرگ و زیست کی آویزشیں اس کی رُوح پر مسلط رہیں۔ پھر زمانۂ رضاعت کا آغاز ہُوا۔ اس کے جسم کا تمام خون بچّہ کے مسئلہ اغذیہ کا حل بنتا رہا۔ دن رات اس بے دست و پا مضغہ کو ہر طریق سے بہلاتی رہی۔ اپنا سکون و راحت اُس کے بے معنی غوغا اور ٹسوؤں کی نذر کر دیا۔ رات کو جب تمام ذی حس مخلوق خوابِ شیریں کی کیفیات سے ہمکنار ہوتی ہے۔ تو یہ بیخوابیوں کے جھُرمٹ میں اپنی بوجھل نیم باز آنکھوں کے ساتھ عجیب عجیب آوازیں نکالکر اپنے حسین و معصوم چہرے اور ہونٹوں کو عجیب مضحکہ خیز پہلوؤں سے ٹیڑھا سیدھا کر کے رات بھر اس کے ہنکوروں کا مداوا کرتی ہے۔ مگر کیا مجال ہے۔ کہ پائے ثبات اور مادرانہ شفقتوں میں ذرا بھر بھی فرق آجائے یہ تمام کٹھن مراحل وہ نہایت خوش اسلوبی سے طے کر جاتی ہے۔ مگر اس کی تمام کاوشوں کا صلہ اس کی جانکنی کا حاصل کیا ہوتا ہے۔ کہ یہ مارِ آستین شرابِ جوانی سے مخمور ہو کر اپنی محسنۂ فطری کے احسانات کا معاوضہ۔ ہوس آلود ملتہب شعلوں کی صورت میں دیتا ہے۔ اور اپنی لذاتِ نفسانیہ کی خاطر وہ ہمیشہ ہمیشہ کیلئے عصمت و عفت کی بند کلیاں توڑ کر پائمال کر دیتا ہے۔ عورت کی طہارت اور پاکیزگی ایک ایسی لطیف و نازک چیز ہے۔ کہ نسیم صبح کا لمس بھی اسے جھُلس ڈالتا ہے۔ ناپاک بھری ہوئی نظروں کی تانک جھانک بھی اس کے مطاہر اعضاءِ جنسیہ کو مجروح کر ڈالتی ہیں۔ چہ جائیکہ اس حسین صوتی نَے کو بہیمیت کے ساز پر گنگنایا جائے۔ شریعتِ زرتشتی میں اس کے رفیع و عظیم مقام کو بہت اہمیت دی گئی ہے۔ لیکن بجز اس کے، کہ اس کے افادی پہلوؤں کو نظر انداز کر کے صرف اغراضِ نفسانیہ کی مچلی ہوئی خواہشوں کی تسکین و لذت کی اسے مرکزیت دی گئی ہو اور کچھ نہیں کیا گیا۔

اب دوسرا پہلو یہ ہے۔ کہ جب عورت محبت کی وادیوں میں صید زبوں ہو کر رہ جاتی ہے۔ تاکردہ جرموں کی پاداش میں اسے ہمارا معاشرہ گشتنی وگردن زدنی قرار دیتا ہے۔ دراں حالیکہ اس کی وجۂ تخلیق صرف محبت ہی محبت ہے۔ معصیت آلود اسے صرف مرد نے کیا۔

عورت میں جب جذبۂ خود سپردگی بیدار ہوتا ہے۔ تو وہ ایک آغوش میں سمٹنے کے لئے خاموش تجسس شروع کر دیتی ہے۔ اس کی انتہا پسند فطرت مرد کی فریب کاریوں اور ہوس رانیوں کو طلب صادق سمجھکر اس کیلئے اپنی آغوش وا کر دیتی ہے۔ لیکن اس سفاک کی ہرجائیت نت نئے ہوس کی سیری کیلئے شکار تلاش کر کے اپنے مذبح معصیت میں خونیں گلکاریاں کرنے کی عادی ہوتی ہے۔ اس پر اس معصوم طائر کے تڑپنے کا کوئی اثر نہیں ہوتا۔ آخر اس کی تلون پسند فطرت کے مظاہرے عورت کی عفیف نظریں دیکھ پاتی ہیں۔ انتہا پسند تو یہ ہے ہی۔ بس یہ بساطِ محبت پر پٹے ہوئے مہرہ کو اپنا مستقبل تارہ و تاریک دکھائی دیتا ہے۔ سماج کے دروازے اس پر بند ہو جاتے ہیں۔ اسکا لطیف پیکر خزاں آلود ہو جاتا ہے۔ چمن کی شادابیاں اس سے متنفر ہو جاتی ہیں جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے۔ کہ اس کے وجودِ معنوی کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔ اور اسکی عصمت کی متعفن نعش گندی نالیوں کی نذر ہو جاتی ہے۔ اور وہ چھوئی موئی سی لجا جانیوالی نرم و نازک شاخ مرجھا جاتی ہے۔ اپنی تمام خون شدہ تمناؤں امیدوں کا انتقام لے سے دن رات بے چین رکھتا ہے۔ جب عورت کے معصوم چہرے سے حیا و شرم کا گھونگٹ ایک دفعہ اتر جائے۔ تو دوبارہ اس کے چہرے کو نہیں چھپاتا۔ شاہدانِ بازاری جن کو ہمارا سماج تہذیب کے دامن پر ایک ناسور سمجھتا ہے۔ حالانکہ یہ ناسور اس کی ہی چیرہ دستیوں

دجبرکشیوں کامرہون منّت ہوتا ہے۔ نہایت نفرت انگیز نگاہوں سے دیکھتا ہے۔ مگر ایک صاحب فکر انسان جب ان کے پس منظر پر نظریں دوڑاتا ہے۔ تو اُسے معلوم ہوجاتا ہے۔ کہ اس مسکن گناہ کی تعمیریں خود مرد کے اپنے ہاتھوں سے ہوتی ہیں۔ اُن کی داستانیں سراسر مرد کے تعدّی دجبر سے معمور ہیں۔ عورت کی محبت میں تنوع نہیں ہوتا۔ وہ زندگی میں جب بھی کسی وقت محبت کرتی ہے۔ تو اُس کا مطمح نظر صرف ایک مرد کی محبت ہوتی ہے۔ مگر یہ بوالہوس کبھی بھی ایک محبّت سے مطمئن نہیں ہوتا۔ اور اس کی ہوس کے تقاضے ہمیشہ ھَل مِن مَزِید پکارتے رہتے ہیں۔

عورت کبھی بھی اپنے جذبات واحساسات کا اظہار رنگین الفاظ وشاطرانہ باتوں سے نہیں کرتی۔ اُس کی فطری سادگی اُس کے ہونٹوں پر خاموشی کی مہریں ثبت کردیتی ہے۔ لیکن جس قدر والہیت کے انداز پردۂ عفّت کے اندر اس میں ہوتے ہیں۔ احاطۂ تحریر سے باہر ہیں۔ مگر ان موثرات سے مرد کی فطرت کبھی بھی متاثر نہیں ہوتی۔ وہ اُس کے معصوم جذبات کو ہمیشہ پائے استحقار سے ٹھکراتا رہتا ہے۔ حیرانی کی بات یہ ہے۔ کہ جب عورت تادیبی کارروائی کرتی ہے تو یہ فوراً انسداد بدکاری کے قوانین بنالیتا ہے۔ اور اپنے لاتعداد گھناؤنے جرموں کو اپنے خود ساختہ آئین میں چھپانا چاہتا ہے۔ مگر اس کا ضمیر جانتا ہے کہ خود کردہ را علاجے نیست۔ احتسابات وتعزیرات کے تازیانے صرف عورت کے لئے ہیں۔ مرد کے بہیمانہ شہوانی کردار کا محاسبہ کون کرے۔ آخر قوانین کی تاسیس بھی تو اسی نے رکھی ہے۔ آج طبی دنیا میں ایک قیامت کا شور برپا ہے۔ کہ مرد دن بدن جنسی امراض کا شکار ہو کر ملک وملت کی پیشانی پر کلنک کا ٹیکہ بن رہا ہے۔ ہزاروں

ادویات اختراع کی جارہی ہیں۔ مگر یہ کوئی سوچنے کی تکلیف گوارا نہیں کرتا کہ اس بدرو کا مقام خاص کہاں ہے اور کیا ہے۔
دیگر مذاہب عالم کے نظریات سے قطع نظر صرف اسلام نے جو ایک مخصوص دائرہ اس کیلئے بنایا ہے۔ اگر صحیح معنوں میں مرد عورت کی تہذیب کو اس کا پابند بنا دے تو کوئی وجہ نہیں ہے کہ خواہشات کی ترویج ہو سکے۔ اب آیئے دیکھیں کہ کلام الہی میں اس کے متعلق کیا اقوال حکمیہ ہیں۔ پروردگار عالم فرماتے ہیں۔

قُلْ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ يَغُضُّوْا مِنْ اَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوْا فُرُوْجَهُمْ ؕ ذٰلِكَ اَزْكٰى لَهُمْ ؕ اِنَّ اللّٰهَ خَبِيْرٌۢ بِمَا يَصْنَعُوْنَ ○ وَقُلْ لِّلْمُؤْمِنٰتِ يَغْضُضْنَ مِنْ اَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوْجَهُنَّ وَلَا يُبْدِيْنَ زِيْنَتَهُنَّ اِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلٰى جُيُوْبِهِنَّ ۖ وَلَا يُبْدِيْنَ زِيْنَتَهُنَّ اِلَّا لِبُعُوْلَتِهِنَّ اَوْ اٰبَآئِهِنَّ اَوْ اٰبَآءِ بُعُوْلَتِهِنَّ اَوْ اَبْنَآئِهِنَّ اَوْ اَبْنَآءِ بُعُوْلَتِهِنَّ اَوْ اِخْوَانِهِنَّ اَوْ بَنِيْٓ اِخْوَانِهِنَّ اَوْ بَنِيْٓ اَخَوٰتِهِنَّ اَوْ نِسَآئِهِنَّ اَوْ مَا مَلَكَتْ اَيْمَانُهُنَّ اَوِ التّٰبِعِيْنَ غَيْرِ اُولِي الْاِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ اَوِ الطِّفْلِ الَّذِيْنَ لَمْ يَظْهَرُوْا عَلٰى عَوْرٰتِ النِّسَآءِ ۖ وَلَا يَضْرِبْنَ بِاَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِيْنَ مِنْ زِيْنَتِهِنَّ ؕ وَتُوْبُوْٓا اِلَى اللّٰهِ جَمِيْعًا اَيُّهَ الْمُؤْمِنُوْنَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ ○

اے نبی صلعم ان سے فرما دیجیئے نامحرم عورتوں کیطرف سے نظریں ہٹالیں۔ اسطرح اپنے نفس کی بیہودہ خواہشات کا انسداد کریں۔ اس میں کوئی شک نہیں کہ اللہ تعالٰی کو اس کا سب علم ہے۔
وہ لوگ جو غلط طریق کار اختیار کر کے عورتوں کے جھرمٹ میں چلے آتے ہیں۔

وہ شاید اپنے آپ کو اللہ تعالےٰ سے پوشیدہ رکھنا چاہتے ہیں۔ اور مسلمان عورتوں سے بھی کہہ دیجیئے وہ بھی اپنی آنکھیں زمین بوس کریں۔ اور غیر محارم پر نہ گاڑیں اور اپنی آرائشیں ان پر ظاہر نہ ہونے دیں۔ اپنے نقاب اُلٹ لیں اور گریبان تک پوشیدہ کریں۔ حتیٰ الامکان کسی زینت کا اظہار نہ ہونے پائے۔ بجز اس کے جو اس کے محرم خاص ہیں۔ مثلاً شوہر، باپ، خسر، بیٹے، سوتیلے بیٹے، بھائی، بھتیجے، بھانجے، کنیز و غلام، خواجہ سرا اور مجنون یا ایسے ضعیف و محتاج انسان جن کو گھر میں صرف بنظر پرورش رکھا گیا ہو۔ بشرطیکہ ان میں رجولیت کی خواہشات کا فقدان ہو۔ یا وہ بچے جو زن و شوہر کے تعلقات سمجھنے سے قاصر ہوں۔ پاؤں کی جھانجھنوں کی آوازیں بھی نہ بلند ہونے دیں۔ زمین پر زور سے پاؤں نہ ماریں۔ اس حکم کے خلاف جو کچھ زمانۂ جاہلیت میں کر چکے ہو۔ اے مسلمان عورتو اور مردو! ان میں سے ہر ایک سے اللہ کے حضور توبہ کر لو تاکہ تم کو نجات مل سکے اور پنپ سکو۔

یہ ہے وہ آئین جو حضورِ اکرم صلعم کی وساطت سے ہمارے معاشرتی و تہذیبی مکارم الاخلاق کے لئے تجویز ہوا۔ جس میں آج بھی ترمیم و تحریف کی گنجائش نہیں۔ یہ وہ احکاماتِ فطریہ ہیں جو مرد و عورت کو اپنے مقامِ صحیح پر رکھنے کیلئے تابندہ شمع کیطرح روشن ہیں۔ جن کی روشنی میں گمراہی کے امکانات ناممکن ہیں۔ بجائے اس کے کہ ہم فلسفیانہ تجربوں سے عورت کا مطالعہ کریں۔ بہتر یہی ہے کہ اس کے ماحول کو فطری اصولوں سے مزین کریں۔ بجز اس کے کوئی چارۂ کار نظر نہیں آتا۔ عورت کو صرف خلوتوں کا امین ہی نہ سمجھیں بلکہ اسے فطرت کی امین سمجھتے ہوئے بقائے نسل کا ایک اہم پہلو خیال فرمائیں۔ اگر ایسا ہو جائے تو ہمارے جملہ امراض روحانی و جسمانی کا بہترین حل ہو جائیگا۔

جذبات کی رَو میں بہہ جانے والے نوجوان مرد و عورت ذرا کچھ ثانیہ کے لئے اپنے مستقبل کے دھندلکوں کو دیکھیں۔ کہ محدود وقت کی لذتیں انہیں ہمیشہ ہمیشہ کیلئے ایک دہکتے ہوئے جہنم میں دھکیل دیں گی۔ اس افراط و تفریط سے ہم اگر تائب ہو جائیں تو ہمارا معاشرہ ایک پاک و پاکیزہ بے خزاں چمن کیطرح ہو گا۔ جس میں گناہوں کے جُھلسا دینے والے جھونکے اور بادِ سموم کے بگولے کبھی بھی بار نہیں پا سکیں گے۔

# ازدواجی زندگی

## قرآنِ حکیم کی روشنی میں

(از علامہ حکیم محمد یار صاحب فارقلیط - زبدۃ الحکماء)

قرآنِ حکیم کے اندازِ بیان میں شادی کا ہرگز یہ مطلب نہیں۔ کہ مرد عورت ایک دوسرے کیلئے عذابِ عظیم بن جائیں۔ ان کی حیات ایک دوسرے کیلئے بوجھ ثابت ہو۔ بلکہ قرآنِ مجید کا اندازِ بیان یہ ہے کہ دونوں کے میل ملاپ سے ایک نشاط آور زندگی پیدا ہو۔ جس میں نہ کدورت ہو، نہ بغض۔ حسد نہ پریشانی ہو نہ ذہنی انتشار ہو۔ بلکہ معاشرتی، اخلاقی، اقتصادی، تمدنی اور تہذیبی، داخلی، خارجی معاملات نقص و عیب سے پاک اور سلجھے ہوئے ہوں۔ یہ زندگی اور اس کا تصوّر اسوقت پیدا ہو سکتا ہے جبکہ قرآنِ حکیم کی تفہیم اور بصیرت حاصل ہو۔ جو ازدواجی زندگی کیلئے ہدایت اور رہنمائی کیلئے ایک شمع روشن ہے۔ اس پر زوجین عمل پیرا ہوں۔ تغافل اور تساہل نہ برتیں۔ اس تعلیم میں کچھ حدود۔ کچھ حقوق کچھ فرائض اور کچھ ذمہ داریاں ہیں۔ جو فریقین کے لئے مساوی طور پر حکم رکھتی ہیں۔ اگر کسی وجہ سے ادا نہ ہو سکیں اور حدود سے تجاوز کیا جائے۔ یا فرائض و ذمہ داری سے غفلت برتی جائے

یا ان سلوک سے وہ مقصدِ زندگی حاصل نہ ہو ۔ ۔ جو قرآنِ حکیم کا منشا ہے ۔
تو نہ صرف نکاح کا مقصد تباہ ہو جاتا ہے ۔ بلکہ زندگی بے کیف ہو جاتی ہے ۔
قرآنِ حکیم نے کس درجہ فطرتِ انسانی اور حقِ آزادی کے انتخاب کو مدِ نظر رکھا
ہے ۔ اگر ہم اس سے غفلت یا تساہل برتیں ۔ تو لازمی نتیجہ عدمِ تعاون اور
دلشکنی ہوگا ۔ اور عدل و انصاف کی عدیم المثال تعلیم کا مقصد ضائع ہو
جائیگا ۔ ایسی شادی سے زندگی بے لطف ہو جائے گی ۔ اگر نکاح کا مقصد
ضائع ہو رہا ہے ۔ جس سے پُر سکون زندگی پیدا نہیں ہو سکتی ۔ اور نہ ہی معاشرتی
گھریلو زندگی میں چین نصیب ہوتا ہے ۔ تو مرد عورت کو علیحدگی کا اختیار
دیا گیا ہے ۔ مگر وہ بھی عدل و انصاف کے ساتھ نے الواقع یہ حق و اختیار
اور کشادگی نہ دی جاتی ۔ تو زندگی کے معاملات میں کھوٹ اور خرابی واقع ہوتی ۔
اور زندگی کے اصول ترقی اور معراجِ کمال میں رکاوٹ پیدا ہوتی ۔ اور یہ آزادانہ
حق انتخاب انصاف و عدل اور قانون مساوات کے خلاف ہوتا ۔ ازدواجی زندگی
کی خوشحالی اولاد کی نشوونما اور تربیت کے درمیان ایک خلیج حائل ہوتی ۔ جس سے
دنیائے انسانیت معیشت کی سعادت اور معاشرتی سلجھاؤ کی کامرانی سے حقیقی خوش
حالی سے محروم رہتی ۔

قرآنِ حکیم کا اندازِ بیان یہ ہے ۔ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ سَرِّحُوهُنَّ
بِمَعْرُوفٍ ۔ عورت کو یا تو رفیقِ زندگی کی حیثیت سے رکھو ۔ ورنہ عدمِ موافقت
کی بنا پر آزاد کر دو ۔ یہ بالعموم دیکھا گیا ہے کہ مردوں کی غائر نظریں کائنات
کی حسین و جمیل صورتوں پر پڑتی ہیں ۔ تو ان کی خواہشاتِ نفسانی میں مدوجزر
پیدا ہوتا ہے ۔ کہ ان کی رفیقِ زندگی اسی طرح نقش و نگار اور حسن و خوبصورتی
سے سجی ہوئی اور مزین ہوتی ۔ مگر کسی وجہ سے اس پر دسترس نہیں ہوتی ۔ تو

اپنی شریکِ زندگی کو طاقِ نسیان پر چھوڑ کر اِدھر اُدھر تا مک ٹوئیے مارتے ہیں۔ اور رفیقہِ حیات کے حقوق کو پامال کرتے ہوئے دست کش ہو جاتے ہیں۔
قرآنِ حکیم کا منشا یہ ہے۔ اور ازدواجی زندگی کے تعلقات کو واضح اور صاف الفاظ میں تاکید کرتا ہے۔ کہ ازدواجی زندگی میں پابندیِ اخلاق و پرہیزگاری تعاطف اور تراحم کا دامن نہ چھوڑئیے۔ بلکہ زیادہ سے زیادہ وسعتِ قلبی میں کمال پیدا کیا جائے۔ انسان خواہشاتِ نفس کا مطیع اور فرمانبردار ہوتا ہے۔ وہ ہر شاخیہ اس سفر میں ٹھوکریں کھاتا رہتا ہے اور ازدواجی زندگی کی ہر آزمائش کن مرحلہ میں کامیاب اور پورا نہیں اترتا۔ مگر صرف وہی جو خدا کے احکام کو اپنی طرزِ رہائش اور طرزِ زندگی میں مقدم رکھ کر اخلاق و پرہیزگاری کا دامن تھامے رہے۔ اور اپنی ازدواجی زندگی کے ہر معاملہ میں وسعتِ قلبی اور وسعتِ نظری کو بروئے کار لائے۔

هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَاَنْتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ ط وہ تمہارے لئے لباس ہیں اور تم اُن کیلئے۔

گویا مرد اور عورت میں چولی دامن کا تعلق ہے۔ یعنی تمہاری زندگی اُن سے اور ان کی زندگی تم سے وابستہ ہے۔ لباس ہمیشہ جسمانی عیوب کی پردہ پوشی کر کے دنیاوی تکالیف اور پریشانیوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ انسان کا انسان کیلئے لباس ہونا۔ یعنی ایک دوسرے کیلئے پردہ پوش ہونا۔ اور ظاہری مصیبتوں کیلئے معاون و مددگار ہونا۔ انیس و غم خوار ہونا۔ اور مرد عورت میں رشتۂ عقد وہ فطری علاقہ پیدا کرتا ہے۔ کہ عملاً انسان برائی اور ناپاکی اور بیحیائی کے کاموں سے محفوظ ہو۔ اس سے ہمیشہ کیلئے کوئی برائی نہ لو۔ اور پاکیزگیِ قلب پر کوئی دھبہ یا داغ نہ لگنے پائے۔ اسلئے تعلقات میاں بیوی کو قرآنِ حکیم نے

ایک دوسرے کا لباس قرار دیا ہے۔

فطرت نے مرد عورت کے باہم ملنے اور رشتۂ زوجیت میں منسلک ہونے کے بعد ازدواجی زندگی میں جن منافرتوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اور جن مشکلات کے آنے کا احتمال و اندیشہ ہوتا ہے۔ ان کی روک تھام اور انسداد کے پیش نظر آسانی کا انتظام کرتے ہوئے منصفانہ ارشاد فرماتا ہے۔

وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ۔

اور دیکھو عورتوں کے لئے بھی اسطرح کچھ حقوق مردوں پر ہیں۔ جس طرح مردوں کے عورتوں پر ہیں۔ کہ ان کے ساتھ اچھا سلوک کریں۔ البتہ مردونکو ایک خاصہ درجہ عورتوں پر دیا گیا ہے۔ یاد رکھو اللہ زبردست علم و حکمت کا مالک ہے۔

احکامات الٰہی عین فطرت کے مطابق ہیں۔ فطرت ہمیں تعاون و یکجہتی کا درس عمل دیتی ہے۔ تفریق اور عدم تعاون کا قلع قمع کرتی ہے۔ اور اسی طرز عمل کو اس آیہ میں بیان کیا گیا ہے۔ ہو سکتا ہے کہ میاں بیوی کے تعلقات میں کسی وجہ سے کسی وقت کشیدگی پیدا ہو جائے۔ اس صورت میں مرد کو نہایت عقلمندی سے کام لینا چاہیئے۔ جو اس کے حقوق کا تقاضا ہے۔ حتے الامکان تعلقات کو بہتر بنانا چاہیئے۔ ہاں اگر مجبوری اور بے بسی کی سی صورت آجائے تو اس حکم پر عمل پیرا ہو۔

وَإِذَا طَلَّقْتُمُ النِّسَاءَ فَبَلَغْنَ أَجَلَهُنَّ فَأَمْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ سَرِّحُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ وَلَا تُمْسِكُوهُنَّ ضِرَارًا لِتَعْتَدُوا ج وَمَنْ يَفْعَلْ ذَٰلِكَ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ ط

اور جب ایسا ہو کہ تم اپنی عورتوں کو طلاق دے دو۔ اور اُن کی عدت کی مدت پوری ہونے کو آئے۔ تو پھر تمہارے لئے دو ہی راستے ہیں۔ یا تو طلاق سے رجوع کر کے انہیں ٹھیک طریق پر روک لو دیا آخری طلاق) دیکر ٹھیک طریق پر انہیں جانے دو۔ ایسا نہ کرو کہ اُنہیں نقصان پہنچانے کے لئے روک رکھو۔ تاکہ اُن پر ظلم وستم کرو۔ یعنی نہ تو رجوع کرو اور نہ ہی جانے دو۔ بیچ میں لٹکائے رکھو۔ اور یاد رکھو جو ایسا کریگا۔ وہ اپنے ہاتھوں خود اپنا نقصان کریگا۔ ازدواجی زندگی کا معاملہ نہایت اہم ہوتا ہے۔ زمانہ کا ردو بدل، واقعات کی تیز رفتاری، خود غرضوں کی نفس پرستی سے ہمیشہ عورت کے درجۂ احترام کو ٹھوکر لگی ہے اور ہمیشہ عورتوں کی حق تلفی ہوئی ہے۔ اس لئے بہترین اُمت کہلانے کیلئے بھی یہ ضروری تھا۔ کہ ازدواجی زندگی میں اخلاق اور پرہیزگاری کا نمونہ بن کر اجتماعی زندگی کو درست کریں۔ اور اجتماعی زندگی کی درستی کیلئے میاں بیوی کی زندگی بھی فلاح یافتہ ہو۔ اور اپنے اپنے حقوق و فرائض اور ذمہ داریوں سے غافل نہ ہو۔ اس لئے ارشاد ہوتا ہے۔

اَنْ تَعْفُوْٓا اَقْرَبُ لِلتَّقْوٰى ؕ وَ لَا تَنْسَوُا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ ؕ

اگر تم درگزر کروگے تو یہ زیادہ تقویٰ کی بات ہوگی۔ دیکھو اس پر ایک دوسرے کے ساتھ احسان اور بھلائی کرنا نہ بھولو۔

وَلِلْمُطَلَّقٰتِ مَتَاعٌۢ بِالْمَعْرُوْفِ ؕ حَقًّا عَلَى الْمُتَّقِيْنَ ؕ

اور یاد رکھو۔ جن عورتوں کو طلاق دے دی گئی ہو۔ تو چاہیئے کہ انہیں مناسب طریقے پر فائدہ پہنچایا جائے۔ یعنی ان کے ساتھ جس قدر حسن سلوک کیا جاسکتا ہے۔ کیا جائے۔ متقی انسانوں کیلئے ایسا کرنا لازمی ہے۔ ازدواجی زندگی میں اُلجھنیں پیدا ہونے کے اندیشے ہوتے ہیں۔ عورتوں کا پہلو کمزور

ہوتا ہے۔ اس لئے مرد کو حسنِ سلوک عفو اور درگزر کی تاکید کیگئی ہے۔

۔حدیث شریف میں آتا ہے۔کہ

(۱) عورتیں آبگینے ہیں انہیں ٹھیس نہ لگاؤ۔ (محمد صلعم)

(۲) عورت موت سے بھی زیادہ تلخ ہے۔ (انجیل)

(۳) عورت خدا کی مکمل صنعت ہے۔یہ دنیا کا ایک معجزہ ہے۔جس سے ملکوتی شان ظاہر ہوتی ہے۔ (ھزنر)

ازدواجی زندگی کی برتری کیلئے صلہ رحمی نہایت ضروری ہے۔جماعت اور خاندان کا تمام تر نظام ازدواجی زندگی پر قائم اور منحصر ہے۔ شادی کا رشتہ باہمی الفت، محبت پر قائم ہونا چاہیئے۔جو ہر وقت مساعدت کے جذبات پیدا کرکے خاندان کے افراد کو باہم ملائے رکھے۔ نظام معاشرت بھی تو اسی رشتہ پر قائم ہے۔ ورنہ تنظیم معاشرت کا معاملہ درہم برہم ہوجاتا اسی لئے عورتوں کو بداخلاقی سے بچنے کی تاکید کیگئی ہے۔یہ بات ظاہر ہے۔کہ ازدواجی زندگی کا پرلطف ہونا تمام تر میاں بیوی کی معاشرتی زندگی کا نیکی اور انصاف پر مبنی ہے۔ محض نفسانی خواہشات کی بنا پر بے ضبط اور بے قابو طبائع پرکیف معاشرت کا پہلو حاصل نہیں کرسکتیں۔

اَلرِّجَالُ قَوَّامُوْنَ عَلَی النِّسَآءِ بِمَا فَضَّلَ اللّٰہُ بَعْضَھُمْ عَلٰی بَعْضٍ ط وَّبِمَا اَنْفَقُوْا مِنْ اَمْرِ اللّٰہِ۔

مرد عورتوں کی زندگی کا بندوبست کرنے والے ہیں۔ اللہ نے ان میں سے بعض کو بعض پر خاص خاص باتوں میں فضیلت دی ہے۔نیز اس لئے مرد اپنا مال جو ان کی محنت سے جمع کیا ہوا ہے عورتوں پر خرچ کرتے ہیں۔ پھر نیک عورتوں کی تعریف کرنا ان کا طرۂ امتیاز ہوتا ہے۔کہ اطاعت

شعار ہوتی ہیں۔ ہر حالت میں شوہروں کے حقوق و مفاد کی پوری پوری حفاظت کرتی ہیں۔ اور ہر طرح سے اللہ اور اللہ کے رسول کی رضامندی کا شرف حاصل کر کے ثواب دارین کا استحقاق حاصل کرتی ہیں۔

اِنَّ هٰذَا الْقُرْاٰنَ يَهْدِىْ لِلَّتِىْ هِىَ اَقْوَمُ وَيُبَشِّرُ الْمُؤْمِنِيْنَ الَّذِيْنَ يَعْمَلُوْنَ الصّٰلِحٰتِ اَنَّ لَهُمْ اَجْرًا كَبِيْرًا ط

# عورت، مذاہب عالم اور اسلام

(از جناب حکیم رازی صاحب)

عورت ہمیشہ ہی دنیا والوں کیلئے ایک معمہ رہی ہے۔ ابتدائے عالم سے لیکر جناب رسول اللہ صلعم کی بعثت تک دنیا سمجھ ہی نہ سکی۔ کہ عورت کا اصلی مقام کیا ہے۔ قارئین حکیم مشرق کیلئے ہم سابقہ مذاہب اور اسلام کا موازنہ کرکے بتانا چاہتے ہیں۔ وہ دیکھیں کہ جہاں اسلام دنیا کی ہر چیز کے لئے رحمت بن کے آیا۔ وہاں وہ عورت کیلئے بھی کچھ کم دامن رحمت نہیں ثابت ہوا۔ جس میں اسنے مظلوم اور بیکس عورت کو ڈھانپ کر دنیا میں وہ مقام دیا۔ جو آجتک دوسرا کوئی مذہب کبھی نہیں دیسکا۔

رومۃ الکبریٰ دنیا کی سب سے بڑی مہذب اور متمدن سلطنت شمار کی جاتی تھی۔ اس میں رومن قانون کے ماتحت

۱۔ عورت بچپن میں باپ کی ملکیت ہوتی تھی۔ شادی کے بعد شوہر کی مملوکہ۔ یہاں تک کہ شوہر کو اس کے قتل کر دینے کا بھی حق حاصل تھا۔

۲۔ اگر عورت اپنے بچے کو چھوڑ کر کسی اور کے بچے کو اٹھا لیتی یا کسی شخص کی شراب وغیرہ سے خاطر و مدارات کرتی تو واجب القتل قرار دیجاتی۔

۳۔ عورت کی شرا و بیع جائز تھی۔

۴۔ دوسری عورت سے اپنی بیوی کو بدلا جاسکتا تھا۔

۵ - چین اور جاپان میں عورت عبادت خانوں میں نہیں جاسکتی تھی۔

۶ - ہندوستان میں معصوم بچیوں کو زندہ دفن کر دیا جاتا تھا۔ شوہر کی موت پر عورت کا ستی ہو جانا ضروری تھا۔

۷ - جن عورتوں کی شادی بچپن میں ہو جاتی تھی۔ اگر کمسنی میں اُنکا شوہر مر جاتا۔ تو اُن کو دوسری شادی کی اجازت نہیں تھی۔

۸ - عورت کی ہر چیز کا مالک اُس کا شوہر ہوتا تھا۔

۹ - یورپ میں عورتوں پر بیشمار ظلم ڈھائے جاتے رہے ہیں۔ اکثر مقامات پر اُسے ساحرہ سمجھکر زندہ جلا دیا جاتا رہا ہے۔

۱۰ - ڈاکٹر اسپرنگ کے اندازہ کے مطابق عیسائیوں نے ساحرہ ہونے کے وہم میں نوّے لاکھ عورتوں کو زندہ نذرِ آتش کر دیا۔

۱۱ - یورپ میں دیر تک یہ مسئلہ حل نہیں ہو سکا کہ عورت میں روح بھی ہے یا نہیں۔

۱۲ - عرب میں لڑکیوں کو زندہ دفنا دیا جاتا تھا۔

۱۳ - نکاح کے وقت ایک شرط یہ بھی ہوتی تھی۔ کہ اگر لڑکی پیدا ہوگی - تو ماں کو اپنے ہاتھ سے اُسے ذبح کرنا ہوگا۔

۱۴ - باپ کے مرنے کے بعد ماں بیٹے کے ورثہ میں آتی تھی۔ اب وہ اختیار رکھتا کہ اس سے خود نکاح کرے یا کسی کو دیدے یا معلق چھوڑ دے۔

۱۵ - منوجی فرماتے ہیں۔ بدقسمتی - موت - دوزخ - زہر سانپ میں سے کوئی بھی اتنا خطرناک نہیں جتنی عورت۔

۱۶ - بہت سے بھائیوں کی ایک مشترکہ بیوی ہو سکتی تھی۔

۱۷ - کسی یہودی مصنف کا قول ہے کہ مرد کی بدی عورت کی نیکی سے بہتر ہے۔

۱۸ - عورت کسی سے معاہدہ نہیں کر سکتی تھی ۔
۱۹ - رومن کیتھولک کے خیال میں عورت انجیل مقدس کو نہیں چھو سکتی ۔
۲۰ - سینٹ برنارڈ کہتے ہیں ۔ کہ عورت شیطان کا آلۂ کار ہے ۔
۲۱ - سینٹ جیروم کا قول ہے کہ عورت بدی کا دروازہ ۔ ظلم کی شاہراہ اور بچھو کا ڈنگ ہے ۔
۲۲ - سینٹ جان ڈامسن کہتے ہیں کہ عورت کذب و افترا کی بیٹی ۔ دوزخ کی سنتری ۔ امن کی دشمن اور وحشی درندوں سے بھی زیادہ ضرر رساں ہے ۔

جہاں دنیا والوں نے عورت کو اتنا ذلیل اور خطرناک سمجھا ۔ وہاں دیکھئے اب سرکارِ دو جہان سرورِ کائنات حضرت محمد الرسول اللہ صلے اللہ علیہ وسلم نے عورت کو کیا درجہ دیا ہے ۔ اور کتنے بلند مقام پر پہنچا دیا ہے ۔

آپؐ نے فرمایا ہے کہ عورت کی تین حالتیں ہیں ۔

(۱) ماں (۲) بیوی (۳) بیٹی

## ماں

۱ - ایک شخص جناب رسول اللہ صلعم کی خدمت میں حاضر ہو کر سوال کرتا ہے کہ میرے حسنِ سلوک کا زیادہ مستحق کون ہے ۔ آپ نے فرمایا تیری ماں ۔ وہ تین مرتبہ دریافت کرتا ہے ۔ اور آپ تینوں دفعہ یہی جواب دیتے ہیں اور اس کے بعد دوسری شخصیتیں بتاتے ہیں ۔

۲ - حضرت اسماءؓ دریافت کرتی ہیں کہ میری ماں مشرکہ ہے اور وہ آئی ہوئی ہے اور مجھ سے حسنِ سلوک چاہتی ہے ۔ آپ نے فرمایا اُس سے حسنِ سلوک کرو ۔

۳ - آپ فرماتے ہیں ۔ کہ جب میں جنت میں داخل ہُوا ۔ تو قرآن پڑھنے کی آواز سنائی دی ۔ دریافت کرنے پر معلوم ہُوا ۔ کہ حارثہ بن نعمان صحابی ہیں ۔ آپ نے فرمایا ۔

جو شخص اپنے ماں باپ سے حسن سلوک کریگا۔ وہ بھی اسیطرح جنت میں ہوگا۔ کیونکہ یہ اپنی ماں سے بہت زیادہ حسن سلوک کرتے تھے۔

۴۔ جہاد میں چلنے کا اعلان ہو چکا ہے۔ فہرست تیار ہو رہی ہے۔ لوگ بھرتی ہو رہے ہیں۔ ایک شخص آتا ہے اور جہاد میں چلنے میں خواہش ظاہر کرتا ہے۔ آپ پوچھتے ہیں۔ کیا تیری ماں زندہ ہے۔ وہ ہاں میں جواب دیتا ہے۔ آپ فرماتے ہیں۔ کہ اس کی جا کر خدمت کرو۔ کیونکہ جنت اُسی کے قدموں کے نیچے ہے۔

۵۔ دوسری جگہ ارشاد ہوتا ہے۔ کہ ماں باپ کا نافرمان جنت میں نہیں داخل ہوگا۔

۶۔ ابو الطفیل کا بیان ہے کہ مقام دجرانہ میں نبی اکرم صلے اللہ علیہ وسلم گوشت تقسیم فرما رہے تھے۔ اتنے میں ایک عورت آئی۔ آپ نے فوراً اُن کے لئے اپنی چادر مبارک کو بچھا دیا۔ وہ اُس پر بیٹھ گئیں۔ جب وہ چلی گئیں۔ تو دریافت کرنے پر معلوم ہوا۔ کہ وہ آپکی رضاعی ماں حلیمہ سعدیہؓ تھیں۔ آپ کی حقیقی والدہ بچپن ہی میں وفات پا چکی تھیں۔ اگر وہ زندہ ہوتیں تو نہ معلوم کتنا ادب کرتے۔

## بیوی

آپؐ نے فرمایا ہے۔ کہ

۱۔ تم میں وہ شخص بہتر ہے۔ جو اپنی بیوی سے اچھا برتاؤ کرے۔ اور میں تم سب سے زیادہ اپنی بیویوں سے اچھا برتاؤ کرتا ہوں۔

۲۔ حضرت معاویہ قشیری رضؓ کہتے ہیں۔ کہ میں نے رسول اللہ صلعم سے دریافت کیا کہ عورت کا اپنے شوہر پر کیا حق ہے۔ آپؐ نے فرمایا جو کھاؤ وہ اُسے کھلاؤ

جو پہنو وہ اسے پہناؤ۔ اور اُسے لونڈیوں کیطرح مت مارو۔ گالی وغیرہ مت دو۔ اگر اُس سے ناراض ہو۔ تو مکان سے باہر مت نکالو۔

۳۔ اگر بیوی کو شوہر ناپسند ہے۔ تو طلاق طلب کرتی ہے۔ اگر طلاق نہیں ملتی۔ تو اس صورت میں عورت خلع کر کے اپنا نکاح فسخ کرا سکتی ہے۔

۴۔ جناب رسول اللہ صلے اللہ علیہ وسلم نے عورت کیلئے مہر مقرّر کیا ہے۔ مہر نہ دینے اور نکاح کر لینے کو آپؐ نے زنا قرار دیا ہے۔ بیوی کا ورثہ شوہر کے مال میں مقرّر فرمایا۔

۵۔ آپؐ نے اپنے آخری حج کے خطبے میں فرمایا تھا۔ کہ عورتوں کیساتھ اچھا سلوک کرنا۔ ان کے بارے میں خدا سے ڈرنا۔ ظلم و تعدّی نہ کرنا۔ کیونکہ تم نے ان کو اپنے نکاح میں خدا کے نام پر لیا ہے۔

۶۔ ایک مرتبہ حضرت حفصہؓ اور حضرت عائشہؓ نے حضرت صفیہؓ سے کہا کہ ہم تم سے زیادہ معزز ہیں۔ تم ایک یہودی کی لڑکی ہو۔ اور ہم آپکی چچا زاد بہنیں بھی ہیں اور بیوی بھی۔

نبی کریم صلے اللہ علیہ وسلم جب تشریف لائے۔ تو حضرت صفیہؓ کو مغموم دیکھکر وجہ دریافت کی۔ انہوں نے واقعہ بیان کیا۔ آپؐ نے فرمایا۔ تم نے یہ کیوں نہ کہا۔ کہ تم مجھ سے کسطرح معزز ہو سکتی ہو۔ میرے باپ ہارونؑ اور چچا موسےٰؑ اور شوہر محمّد صلے اللہ علیہ وسلم سب ہی نبی ہیں۔

## لڑکی

جناب رسول اللہ صلے اللہ علیہ وسلم فرماتے ہیں۔

۱۔ جس شخص کی ایک لڑکی ہو۔ اور اُس نے اُسے زندہ در گور نہیں کیا نہ اُسے ذلیل سمجھا۔ نہ لڑکوں کو اسپر ترجیح دی۔ تو خدا اسے جنت میں داخل کریگا۔

۲ - جس شخص کو خدا نے لڑکیاں عنایت کیں اور اُس نے اچھی طرح اُن کی پرورش کی - تو وہ لڑکیاں قیامت کے دن اسکے اور دوزخ کے درمیان آڑ بن جائیں گی -

۳ - آپؐ نے فرمایا کہ میں تم کو تمام نیکیوں میں بہترین نیکی نہ بتلاؤں - صحابہ نے عرض کیا ہاں! ضرور بتلائیے - آپؐ نے فرمایا سب سے بہتر نیکی یہ ہے - کہ تم اپنی لڑکی کی دستگیری کرو - جب اُسکا کوئی دستگیر نہ ہو -

۴ - نکاح کے متعلق ارشاد ہوتا ہے - کہ بغیر لڑکی کی اجازت کے ولی کو نکاح کرنا درست نہیں -

۵ - اگر کسی ولی نے لڑکی کا نکاح اس کی اجازت کے بغیر کر دیا - تو لڑکی کو شرعاً اختیار ہے - خواہ نکاح کو صحیح رکھے یا فسخ کر دے - چنانچہ ایک لڑکی حضورؐ کی خدمت میں آتی ہے اور کہتی ہے - کہ اے رسول اللہ میرے باپ نے ان کے بھتیجے سے میرا نکاح کر دیا ہے - مگر میں اُسے ناپسند کرتی ہوں - آپؐ نے اُسے اجازت دیدی - کہ اپنا نکاح فسخ کرا لے -

۶ - حضرت فاطمہؓ جب حضورؐ کے پاس آتیں - آپؐ فوراً کھڑے ہو جاتے پیار کرتے اور اپنی جگہ پر بٹھاتے -

# عورت کا مقام

(از جناب حکیم صوفی سید مقبول احمد صاحب زیدی)

دُنیا کی آخری نبوّت کے جاں نثاروں اور فداکاروں کی صف میں عورت کو مرد پر بہت بڑا مقام حاصل ہے۔ سب سے پہلے یہ دیکھئے کہ اللہ تعالےٰ نے حضور علیہ السلام کو یتیم پیدا کیا۔ آپؐ کی پیدائش سے پہلے ہی والد کا انتقال ہوچکا تھا۔ کچھ عرصہ بعد والدہ بھی خدا کی جوارِ رحمت میں چلی گئیں۔ ان کے بعد حلیمہ سعدیہؓ کی خدمات کو نظر انداز نہیں کیا جا سکتا۔ جن کی آغوش میں حضورؐ نے چار سال تک پرورش پائی۔ بچپن اور شیر خوارگی کے زمانے کے بعد جوانی کے زمانہ میں بھی کاروباری مسئلہ کے حل میں بھی جو شرف عورت کو حاصل ہوا وہ کسی مرد کو حاصل نہیں ہوا۔

حضور علیہ السلام ایک تاجر خاندان کے چشم و چراغ تھے۔ جوان ہونے پر ہی مکہ معظمہ کی ایک معزز مالدار خاتون حضرت خدیجہؓ نے سبقت کی۔ اور اپنا مال حضورؐ کی خدمت میں پیش کرکے درخواست کی کہ آپ تجارت کریں۔ آپؐ نے تجارت میں اس اخلاقِ حسنہ کا مظاہرہ کیا۔ کہ اُسے کافی فائدہ ہوا۔ جس سے کمال اطمینان ہوا۔

آپؐ کی زندگی میں سب سے بڑا انقلاب وہ تھا جو ۹ ربیع الاول سنہ ۱ھ کو

واقعہ ہُوا۔ آپؐ غارِ حرا میں تشریف فرما تھے۔ کہ جبریل امینؑ تشریف لائے۔ اور نبوّت کی خوشخبری دی۔ اس کے بعد آپؐ گھر تشریف لے آئے اور کہا کہ مجھ پر کپڑا ڈال دو۔ حضرت خدیجہؓ نے کپڑا ڈال دیا۔ پھر فرمایا کہ مَیں ایسے واقعات دیکھ رہا ہوں جن سے مجھے اپنی جان کا ڈر لگ رہا ہے۔ اسوقت بھی حضرت خدیجہؓ نے تسلّی دی اور ہمدردی کا اظہار کیا۔ اس سے یہ نتیجہ اخذ کیا جاتا ہے کہ یہ شرفِ عظیم بھی عورت ہی کو حاصل ہُوا۔ کہ وہ نبوّت کے پہلے دن پیغمبرِ اسلام کی دلداری کرے۔

اس کے بعد سب سے بڑا واقعہ غارِ ثور کا ہے۔ کہ جب آپؐ غارِ ثور سے نکلکر مدینہ منوّرہ کیطرف روانہ ہوئے۔ تو آپؐ کا پہلا قیام اُمِّ معبد کے خیمہ میں ہُوا۔ جو قبیلۂ خزاعہ کی ایک نہایت با اخلاق اور مسافر نواز عورت تھی۔ اور جب حضوؐر مدینہ منوّرہ میں داخل ہوتے ہیں۔ اور اس سرزمین میں جو آپؐ کا پہلا جلوس نکلتا ہے۔ تو اس مبارک جلوس میں نعت خوانی اور قصیدہ خوانی کا فخر انصارِ مدینہ کی پاک اور معصوم لڑکیوں کے حِصّہ میں آتا ہے۔

مدینہ شریف کی زندگی اختیار کرتے ہی جہاد و قتال کا سلسلہ شروع ہو جاتا ہے۔ خواتینِ اسلام مجاہدین کے شانہ بشانہ کام کرتی ہیں۔ فاطمۃ الزہرا حضوؐر کے زخموں کو دھو رہی ہیں۔ حضرت عائشہ صدیقہ اور اُمِّ سلیم مشکیزے اٹھائے پھرتی ہیں۔ اور زخمیوں کو پانی پلاتی ہیں۔ حضرت صفیہؓ اپنے بہادر بھائی حضرت حمزہؓ کی لاش پر کھڑی دُعائے مغفرت فرما رہی ہیں۔ بنو دینار کی ایک عورت شمعِ نبوّت کی حفاظت کیلئے نکل کھڑی ہوتی ہے۔ راستے میں اُسے اُس کے بھائی، شوہر اور باپ کی شہادت کی خبر ملتی ہے۔

لیکن پرواہ نہ کرتی ہوئی دیوانہ وار چلی آرہی ہے۔ جب حضورؐ سرورِ عالم کو دیکھ پاتی ہے۔ تو بے اختیار اُسکے مُنہ سے نکل جاتا ہے۔ کہ

"اگر تو موجود ہے تو ہر ایک مصیبت آسان ہے"

اسلام کی جو خدمات مسلم عورتوں نے انجام دی ہیں۔ اگر ان کا حال لکھا جائے۔ تو اس کیواسطے ایک دفتر چاہیئے۔ لیکن ہم اسی پر اکتفا کرتے ہیں۔ کہ جسطرح نبیِّ آخر الزمان کا ظہور حضرت آمنہؓ کی گود میں ہوا تھا۔ اسی طرح جب آپؐ دنیائے فانی سے تشریف لے گئے اور "اَللّٰھُمَّ الرَّفِیْقُ الْاَعْلٰی" کے آخری الفاظ زبانِ مبارک پر تھے۔ تو اسوقت بھی آپؐ کا سرِ مبارک حضرت عائشہؓ کے زانو پر تھا۔

سبحان اللہ! کیا یہ عورت کی شرافت کی انتہا نہیں کہ حضرت محمّد الرّسول اللہ کے سلسلۂ نبوّت کی دو کڑیاں سب سے پہلی اور آخری عورت کے ہاتھ میں ہیں۔

ہم نے حضرت خدیجہؓ، فاطمہؓ، عائشہؓ اور صفیہؓ کے ایثار و قربانی کی مثالیں اسلئے پیش کی ہیں۔ کہ اپنی محترم اور غیور بہنوں کو اسلام اور پیغمبر اسلامؐ کی خدمت کیلئے آمادہ کریں۔

یہ ایک حقیقت ہے کہ اسلام نے عورت پر بڑا احسان کیا۔ تو عورت نے بھی اسلام کی بیحد خدمات سرانجام دیں۔ اگر اب بھی عورتیں اپنے اخلاص اور جوش عمل سے میدان میں نکل آئیں۔ تو کوئی وجہ نہیں کہ اس معیار پر پوری نہ اُتر سکیں۔

میری معزّز اور قابلِ احترام بہنو! آؤ ان مقدّس عورتوں کے نقشِ قدم پر چلکر عظمتِ رفتہ کو حاصل کریں۔ اگر آپ نے ذرا بھی قدمِ ہمّت بڑھایا۔ تو خدا تعالےٰ کی نصرت و امداد ضرور آپ کے ساتھ ہوگی۔

# کچھ میری شادی سے پہلے کچھ میری شادی کے بعد
## اور ہمارے گھر کی رونق!

( از جناب صبا نقوی صاحب )

بھئی پریشان کر کے رکھ دیا ہے ان لڑکیوں نے تو۔ آخر کوئی بات ہوئی۔ جہاں جائیں شرارت۔ جب دیکھو بدتمیزی۔ آج میں ضرور امی جان سے کہدونگا۔ یا تو ان کا اس آزادی کیساتھ گھر سے نکلنا بند کردیں۔ ورنہ کسی دن ایسی بلا گلے پڑے گی۔ کہ جان چھڑائے نہ چھوٹ سکے گی۔ کوئی ڈھنگ ہوتا ہے شرارت اور مذاق کا بھی۔ یہ کیا کہ بڑے کو دیکھا جائے نہ چھوٹے کو۔ جان پہچان کا لحاظ رکھا جائے نہ میل ملاپ کا۔ بھلا آج وہ شریف آدمی چپ کر کے نہ چل دیتا تو کم از کم میری چاند کی خیر تو تھی نہیں۔

ابھی میں نے کالج سے آکر دم نہ لیا تھا۔ کہ آموجود ہوئیں۔ دونوں ہاتھ ہیں ہاتھ ڈالے دانت نکالتی ہوئیں۔ ایک کہنے لگی۔

" آج کل ہمارے بھیا ذرا غریب ہو گئے ہیں۔ اس لئے اور کہیں نہیں آج صرف کمپنی باغ چلیں گے سیر کو۔ بہت دِنوں سے نہیں گئے اُدھر۔ سُنا ہے پھول پودے نئی ترتیب سے لگائے گئے ہیں وہاں" جیسے درخواست تو میں نے کی تھی کہیں چلنے کی۔ دوسری پہلے سے پہلے ہی بات پکی کرنے لگی۔

" ہاں ہاں! سنیما تو ہر ماہ جیب خرچ ملنے پر دکھایا ہی کرتے ہیں بھیا!

آج تو تیس ہی تاریخ ہے۔ سینما پرسوں سہی۔ آج صرف باغ تک ہو آئیں۔

"بس بن گیا آجکا پروگرام۔ ٹھیک ہے نا بھیّا؟"

"اری بھیّا نے پہلے کبھی انکار کیا ہے جو آج کریں گے۔ وہ تو بالکل تیار ہیں"

"تو بھیّا نہا لو پھر جلدی سے۔ پانی رکھوا دیا ہے میں نے"

کیا زبان چلتی ہے ان لڑکیوں کی۔ اور کیسے کیسے ہتھکنڈے ہیں ان کے پاس گھر سے نکلنے تک خوب باتیں بناتی ہیں۔ خوشامدیں کرتی ہیں۔ اور گھر سے باہر قدم رکھتے ہی — جیسے باپ دادا کے زمانے سے خاندانی غلام چلا آ رہا ہوں۔ میں ان کا۔ کیا مجال جو ایک ڈھنگ کی بات بھی مان لیں۔ لاکھ چلاؤ چیخو۔ گالیاں دو۔ جھنجھلاؤ۔ امی سے کہدونگا۔ آئندہ کبھی ساتھ نہیں آؤنگا۔ بہت پٹواؤنگا گھر چلکر۔ مجال ہے جو ایک دھمکی بھی کام آجائے۔ کرنا ہی جو اپنی مرضی۔ جیسے گھر سے چلتے وقت روئی ٹھونس لیتی ہوں کانوں میں۔ اور گھر پہنچنے کے بعد پھر وہی خوشامد۔ چاپلوسی۔ رومال، تکیئے کے غلاف، اور پلنگ پوشوں کی رشوت۔ اچھے اچھے کھانوں اور ہر روز ملنے والی مٹھائیوں کا لالچ۔ اور آڑے وقت میں امی جان سے مالی امداد کی سفارش۔ میں باہر کتنا ہی غصہ ہو لوں۔ کتنا ہی کڑھوں۔ کتنے ہی سخت ارادے باندھکر گھر آؤں لیکن یہاں آتے ہی دونوں ملکر ایسی باتیں بنانے لگتی ہیں۔ کہ جھاگ کیطرح بیٹھ کر رہ جاتا ہوں۔ اور دوسرے ہی دن پھر جہاں لے جائیں ساتھ ہو لیتا ہوں۔

کمپنی باغ کے نئے پلاٹوں کے چکر کاٹنے کے بعد بیٹھنے کی ضرورت پیش آئی۔ تو دونوں ایسے بنچ پر بیٹھنے کیلئے بضد ہو گئیں۔ جہاں پہلے سے ایک دیسی صاحب بہادر بڑی شانِ انگلستانی کے ساتھ کتے کی زنجیر پکڑے تشریف

فرما بلا مقصد اِدھر اُدھر حیران نظروں سے دیکھے جا رہے تھے۔ مَیں اُن کے سامنے ہمیشہ کیطرح مجبور ہو گیا۔ اور ہم اُس بنچ پر جا بیٹھے......
دونوں نے کچھ کھسر پھسر کے بعد ایک نے تو باتوں باتوں میں میرے ہاتھ سے چھڑی لے لی اور دوسری نے چپکے سے صاحب بہادر کے کتّے کے گلے سے زنجیر نکال دی۔ صاحب بہادر نے کتّے کو سامنے بھاگتے ہوئے جاتا دیکھکر ایک دم حیرانی سے زنجیر کھینچی اور اسے خالی پایا۔ تو بڑے بھیانک ہو کر جلدی سے اُٹھے۔ بڑی تیزی میں آکر ایک ہی قدم آگے بڑھایا تھا کہ آگے کی ہوئی چھڑی میں اُلجھ کر زمین بوس ہو گئے۔ پہلے سے پہلے سنبھلنے کی کوشش میں لگاتار تین چار قلابازیاں کھائیں اور پھر اپنی خفت مٹانے کو اُٹھکر ایسے بھاگے کہ کپڑے جھاڑنے کا ہوش بھی نہیں رہا۔ مَیں نے لڑکیوں کیطرف دیکھا اور دونوں کو ایکدوسرے کی بغل میں منہ دئے ہنسی سے بے حال ہوتے دیکھکر فوراً معاملہ کی تہ کو پہنچ گیا۔
مَیں ابتک غصہ سے پیچ و تاب کھا رہا تھا۔ فرض کیجئے وہ لڑنے کو تیار ہو جاتا۔ تو سارے باغ کے لوگ اکٹھے ہو جاتے ــــ بے عزتی کس کی ہوتی؟ ــــ آخر شرارت کی بھی حد ہوتی ہے۔ ایسی بھی کیا شرارتیں؟ ــــ بہت دن ہو گئے ہیں انہیں بھی آزاد پھرتے ــــ آج میں ضرور امی جان سے کہدوں گا۔ ورنہ کسی دن بے عزتی کرا کے رہیں گی یہ تو میری ــــ ان کی تو تفریح ہو جائے گی اور مَیں ..........؟
مَیں ابھی منصوبے بنا ہی رہا تھا کہ دونوں اپنی مخصوص شریر مسکراہٹ کے ساتھ کمرے میں آموجود ہوئیں۔ مَیں نے ڈانٹ پلانا شروع کی تو دونوں نے ہمیشہ کیطرح خوشامد کا سہارا لے لیا اور رنگیں منہ بنا بنا کر باتیں کرنے۔ عذرا

ایسے موقعوں پر عموماً صفیہ کو آگے کر دیا کرتی تھی ۔ ایک کڑھا ہوا نفیس رومال اور ایک تکیئے کا غلاف بھینٹ چڑھایا گیا ۔ ابا کے لائے ہوئے چاکلیٹ کے ڈبوں سے چرایا ہوا ایک ڈبہ نذر ہوا ۔ دوسرے دن کئی سہیلیوں کیساتھ ان کا پک نک کا پروگرام تھا ۔ مجھے ڈرائیور کی حیثیت سے ساتھ لیجانے کی خوشخبری سنائی گئی اور بتایا کہ ہمارے کالج میں ایک نئی لڑکی آئی ہے ۔ جو گانے میں لتا منگیشکر کو مات کرتی ہے ۔ اسے ہم نے آپکی ہی غزل بھی یاد کرادی ہے ۔ کل پک نک پر وہ بھی آئیگی ۔ گانا سنوائیں گے ۔ ۔ ۔ ۔ اور خدا جانے آسمان زمین کو چھوڑ کر کس کس دنیا کی باتیں کرتی رہیں ایک سے ایک بڑھکر ۔ ۔ ۔ ۔ اور جب میرا غصہ ان کی توقع کے مطابق ٹھنڈا ہو گیا تو قہقہے لگاتی ہوئیں یہ جاوہ جا ۔

عذرا میری چھوٹی بہن ہے ۔ وہ ان دنوں ایف ۔ اے میں پڑھا کرتی تھی اور صفیہ میرے ماموں کی لڑکی ہے ۔ ان کے شہر میں کالج نہیں ۔ اسلئے میٹرک کے بعد وہ بھی ہمارے ہاں آگئی تھی ۔ اتفاق سے وہ عذرا کی کلاس فیلو بھی ہو گئی ۔ جب سے یہ دونوں اکٹھی ہوئی تھیں ۔ گویا گھر کے در و دیوار بھی ناچنے لگے تھے ۔ ہر وقت شور و شغب ، ہنگامہ ، کسی وقت سکون نہیں ۔ کسی لمحہ چین نہیں ۔ قہقہہ گونجتا تو اس ٹھاٹھ سے کہ ہر ہر کونے سے آواز باز گشت آنی ضروری ہو جاتی ۔ دھما چوکڑی ایسی مچتی کہ معلوم ہوتا جیسے کسی اسٹنٹ فلم کی ریہرسل ہو رہی ہے ۔ کسی بھی لمحہ چین نہ کسی پل آرام ــــ گھر کا ایک ایک فرد تنگ آگیا تھا ۔ ابا اور امی تو ہر وقت ہی ڈانٹتے رہتے تھے ۔ لیکن وہ بھی ایک ہی تھیں ــــ کیا مجال جو جوں بھی رینگ جائے کان پر ــــ ابا اپنے کمرے میں بیٹھے کام کر رہے ہیں ۔ کہ طوفان بدتمیزی

بپا ہو گیں۔ ابّا نے مجھے بھیجا کہ انہیں روکوں۔ مَیں نے اندر پہنچکر ایک ڈانٹ پلائی اور بتایا کہ ابّا کام کر رہے ہیں۔ خاموش رہو۔ ایکدم کیلئے سکون ہو گیا۔ لیکن ابھی مَیں اپنی جگہ واپس نہیں پہنچا تھا کہ پھر وہی طوفان۔

خدا جانے کس چیز سے خمیر اٹھا تھا ان کا۔ بجلی کیطرح تڑپتی تھیں ہر وقت۔ چوٹی کے بال سے لیکر پاؤں کی ایڑی تک ہر ہر چیز ناچتی تھی۔ کیا مجال جو ایک منٹ بھی پاؤں ایک جگہ ٹھیرے۔ وہ کونسی گھڑی ہوتی تھی جب میں کوئی نئی بات نہ سوجھتی ہو انہیں۔ اور شرارتیں تو ایک سے ایک وہ گھڑتی تھیں کہ عقل حیران رہ جائے۔ وہ دن تو بڑا منحوس ہو گا۔ جسدن یہ گھر سے نکل کر بغیر کوئی شیطانی کئے واپس آگئی ہوں گی۔ بعض اوقات میں تو اتنا ناک میں دم آجاتا تھا کہ جی چاہتا انہیں جہاں کی تہاں اکیلا چھوڑ کر گھر چلا جاؤں۔

ایک دن میں اپنے کمرے میں بیٹھا کام کر رہا تھا۔ کہ دونوں آپہنچیں۔ میں سمجھ گیا کہ کوئی پروگرام سوچکر آئی ہیں۔ عذرا آتے ہی کہنے لگی۔

"بھیّا سُنا ہے میجسٹک سینماء میں بڑی اچھی فلم آئی ہے۔"

آئی ہو گی... مَیں نے پڑھتے پڑھتے بے رُخی سے جواب دیا۔

"تو بنا لیجئے نا آج کا پروگرام" صفیہ کی تجویز تھی۔

مَیں خاموش رہا تو عذرا بولی۔

بس بن گیا پروگرام۔ بھیّا نے انکار کیا ہے کبھی؟"

"مَیں نہیں جا سکتا"

"کیوں؟" ان کیلئے میرا جواب متوقع تھا۔

"مجھے فرصت نہیں"

"واہ بھیّا۔ فرصت کی بھلی چلائی۔ یہ کتاب بند کر دیجئے اور فرصت

ہی فرصت ۔" صفیہ نے میرے سامنے رکھی ہوئی کتاب بند کر دی ۔
"میں کہتا ہوں میں نہیں جاؤنگا ۔" میں نے غصہ ظاہر کیا ۔
"بھیّا ——" اور عذرا میری گردن میں باہیں ڈالکر جھول گئی ۔
"بڑے اچھے ہیں ہمارے بھائی ۔" صفیہ میرے دونوں کندھوں پہ ہاتھ رکھکر کرسی کے پیچھے کھڑی تھی ۔
"چلو گے نا بھیّا ۔" عذرا کا لہجہ انتہائی خوشامدانہ تھا ۔
"بس آج آج ۔ اس کے بعد پندرہ دن تک کہیں نہیں جائیں گے"۔ صفیہ نے منہ بنایا ۔
"لیکن میرے پاس پیسے نہیں ہیں ۔" میں نے عذر کیا ۔
"واہ بھیّا ! ۔ پیسوں کی وجہ سے انکار کر رہے تھے ۔۔ پیسے بہت ۔۔ جتنے مرضی ۔" عذرا کھڑی ہوگئی ۔
"بس جاؤ پھر تیار جلدی سے ۔ وقت ہوا کہ ہوا ۔" صفیہ نے عذرا کا ہاتھ پکڑ لیا ۔
"بڑے اچھے ہیں ہمارے بھیّا ! ۔" اور وہ دونوں کمرے سے نکل گئیں ۔
رش زیادہ نہیں تھا ۔ ہم گیلری میں جاکر بیٹھے ہی تھے کہ وہ لائیٹ آف ہوگئی ۔ اور کھیل شروع —— دونوں نے اندھیرا ہوتے ہی پہلا کام یہ کیا ۔ کہ ساتھ پڑی ہو خالی کرسیوں میں سے ایک کو تو اپنی جگہ سے ہٹا کر پیچھے رکھ دیا ۔ اور دوسری کی گدی میں ساتھ لائی سوئیاں چبھو دیں ۔
پہلا ہی سین تھا کہ دو دوست جلدی جلدی آئے ۔ ایک نے صفیہ کے ساتھ والی کرسی ٹٹولی —— بیٹھا ہی تھا کہ تین چار سوئیاں ایکدم کھب گئیں ۔ —— اور ایک بے ساختہ چیخ کو اس کے لب بھی برداشت نہ کر سکے ۔ دوسرے

نے بغیر دیکھے بھالے ہی ساتھ والی کرسی پر بیٹھکر دوست کو سنبھالنا چاہا تو دھڑام سے فرش پر ـــــ اور ساتھ ہی ہائے کا ایک نعرہ ـــ یہ سب کچھ صرف چند سیکنڈوں کے وقفہ میں ہو گیا۔ پہلے ایک چیخ ـــ پھر دھماکہ۔ پھر ہائے ـــ لوگ گھبرا گئے ـــ کھلبلی سی مچ گئی ـــ فلم بند ہو گئی۔ بتیاں جلا دی گئیں ـــ پولیس پہنچ گئی۔ سب لوگ اُٹھکر ایک جگہ جمع ہو گئے ـــ ہال میں طوفان مچ گیا ـــ ہر ایک کی زبان پر

" کیا ہو گیا ـــ ؟ " تھا یا

" کیا بات ہے ـــ ؟ ـ "

عجیب ہنگامہ بپا ہو گیا۔ لاؤڈ سپیکر کی آواز بھی کانوں تک پہنچنے سے پہلے ہی تحلیل ہو ہو گئی ـــ عذرا اور صفیہ پر میری نظر پڑی تو ہنسی سے دونوں کا بُرا حال ـــ میں سمجھ گیا کہ ضرور انہی نے کوئی شرارت کی ہے۔ یہ سمجھتے ہی حسبِ معمول غصّے کا پارہ چڑھنے لگا۔ اور اس دھکا پیل میں ہی انہیں وہاں سے اٹھا کر لے آیا۔ سیڑھیاں اتر رہے تھے کہ ایک آدمی نے پوچھا۔

" کیا ہو گیا ہے بابو جی ! ـــ "

مَیں ابھی بولنے نہ پایا تھا کہ صفیہ نے جواب دیدیا۔

" قتل ہو گیا ہے ایک آدمی اور دوسرا شدید زخمی ـــ "

میں اتنا غصہ میں تھا کہ اس کی تردید بھی نہ کی۔ اور انہیں لئے جلدی جلدی گھر پہنچ گیا۔ سُنا ہے بعد میں قتل قتل اور خون ـــ خون کا شور مچگیا۔ لوگ اپنے اپنے گھروں کو چلدئے اور فلم کا دوسرا شو نہیں ہو سکا۔

دوسرے دن اس کے متعلق ایک مقامی روزنامہ میں ایک خبر بھی شائع ہو گئی۔ جس میں لکھا تھا۔ کہ ایک آدمی قتل ہوا ہے۔ ایک شدید زخمی۔ اور قاتل فرار ہے۔

غرض مجھے رشوت ملتی رہی۔ میں شرارتوں میں ان کا معاون بنتا رہا۔ ایک سے ایک بڑھکر شرارتیں ہوتی رہیں۔ دن گزرتے رہے۔ زمین اپنی گردش پوری کرتی رہی۔ موسم تبدیل ہوتے رہے۔ اور آخر وہ دن بھی آ گیا جب میں ایم۔ اے۔ ایل ایل۔ بی کے بعد اعلےٰ ملازمت کے مقابلہ کے امتحان میں بھی کامیاب ہو گیا۔ عذرا نے بی۔ اے کر لیا اور اس کی شادی ہو گئی۔ صفیہ بی۔ اے کا امتحان دئے بغیر ہی میری بیوی بن گئی۔ اور گھر اُجڑ سا گیا۔ رونق معدوم ہو گئی۔ نہ قہقہے۔ نہ ہنسی۔ نہ بھاگ۔ نہ دوڑ۔ نہ طوفان نہ ہنگامہ۔ میں کمرے میں ہوتا تو لیٹے لیٹے ایسی تنہائی محسوس ہوتی۔ جیسے جھلستی گرمیوں کی اجاڑ وسنسان دوپہر میں کسی صدیوں پرانے کھنڈر کے تہ خانہ میں پڑا ہوں۔ قدموں کی چاپ تک سنائی نہ دیتی۔ آخر اُکتا کر گھر میں پہنچتا تو صفیہ کسی نہ کسی کام میں والدہ کا ہاتھ بٹا رہی ہوتی۔ باورچی خانے میں نوکرانی کے کام کی نگرانی کرتی ہوتی یا امی کے قریب بیٹھی چپکے چپکے خدا جانے کیا کیا باتیں کرتی رہتی۔ عذرا کو ڈھونڈھنے لگتا تو یاد آجاتا۔ کہ وہ تو اپنی سسرال میں ہے۔ اور میں یہ سوچتا ہوا اپنے کمرے میں واپس آ جاتا کہ عذرا اور صفیہ اکٹھی ہوں گی۔ وہی رونق لوٹ آئیگی ہمارے گھر میں۔ میں پکا ارادہ کر لیتا کہ کل ضرور عذرا کو لینے چلا جاؤنگا اَبّا سے پوچھکر۔

آخر ایک دن میں عذرا کو گھر لے ہی آیا۔ میں یہ سوچکر پھولا نہ سماتا تھا۔ کہ آج ہمارے گھر کی تمام رونقیں لوٹ آئیں گی۔ در و دیوار تمام جگمگا

اُٹھیں گے ۔ قہقہے گونجیں گے ۔ ہنسی بکھرے گی ۔ اودھم مچے گا ۔ کوئی نیا پروگرام بنے گا ۔ دونوں مجھ سے آ کر کہیں چلنے کیلئے کہیں گی ۔ کوئی انوکھی شرارت ہو گی ۔ اور پھر ہنگامہ ۔ اور پھر ان دونوں کا ایکدوسرے کی بغل میں منہ دیکر ہنستے ہنستے بُرا حال ہو جائیگا........

لیکن ......... میں سوچتا ہی رہا ۔ اور ہُوا کچھ بھی نہیں ۔ اتنی آواز بھی نہیں آئی ۔ جتنی دو چڑیاں مل بیٹھکر اپنی چپ چپ سے پیدا کر دیتی ہیں ۔ میں حیران ہو کر رہ گیا ۔ آخر ہو گیا کیا ان دونوں کو ۔ جا کر دیکھا تو دونوں ایک دوسرے کے مُنہ سے مُنہ لگائے غضب کی سنجیدگی سے اتنی آہستہ باتیں کر رہی تھیں ۔ کہ خود بھی شائد سُن رہی ہوں ۔ ایک کسی رومال پہ پھُول نکال رہی تھی ۔ اور دوسری سوئیٹر کی سلائیاں چلائے جا رہی تھی ۔ میں قریب جا بیٹھا ۔ اور کہا پکچر بڑی اچھی آئی ہوئی ہے ۔ عذرا کہنے لگی ۔

" صفیہ کو لے جائیے ۔ میں تو نہ جا سکوں گی "

" اور مجھے بھی کون سی فرصت ہے ؟ " صفیہ نے بھی انکار کر دیا ۔

میں بھونچکا سا رہ گیا ۔ اور انکار کی وجہ پوچھے بغیر ہی دوسرا پروگرام پیش کر دیا ۔

" اچھا پکچر نہ سہی آج ۔ کل پک نک پر تو چلو گی نا دونوں ؟ ایک دو سہیلیوں کو بھی بلا بھیجنا ۔ "

" کل کیسے جا سکتے ہیں بھلا ؟ " عذرا بولی ۔ " اُمی کہہ رہی تھیں کہ ---- وہ ہیں نا تمہارے خالو کے چچا اظہر میاں ؟ ۔ ان کے بھتیجے کے بھلنجے کی بیوی بیمار ہے ۔ ان کے ہاں آ کر آنا ہے ۔ "

" اور پھوپھا کے بڑے گہرے دوست ہیں نا وہ ۔ کیا نام ہے انکا ۔۔۔

شجاع صاحب ۔۔ صفیہ نے یاد دلایا ۔۔" ان کے بھائی کے سالے کے ہاں لڑکا پیدا ہوا ہے۔ بڑی منتیں مانی تھیں بیچاروں نے ۔۔ ان کے ہاں بھی تو جانا ہے"
میری حیرانی کی کوئی حد نہ رہی ۔۔ آخر ایسی باتوں سے انہیں کیا۔ یہ تو کہا کرتی تھیں۔ کہ ہمیں نہ تو کسی کو مبارک باد دینا آتی ہے اور نہ افسوس کرنا آتا ہے ۔۔ امی جان ہی جائیں جہاں جانا ہے۔ لیکن اب۔ کیسی بڑی بوڑھیوں کی سی باتیں کر رہی ہیں ۔۔ میں نے آخر کوشش کی۔

"اچھا بھئی اور کچھ نہ سہی آؤ ایک گیم کیرم کا تو ہو ہی جائے۔"

"بھیا! مجھے تو یہ سوئیٹر آج ہی پورا کرنا ہے۔ امینہ کے لڑکے کا ہے۔ پھر خدا جانے کب فرصت ملے ۔۔" عذرا نے بہانہ کر دیا۔

"مجھے بھی پھوپھی نے کہا ہے کہ رومال ابھی پورا کر لوں۔ شام کو کہیں بھیجنا ہے۔ صفیہ کے پاس بھی عذر تھا۔ میں چکرا سا گیا۔ آخر کیسی باتیں کر رہی ہیں آج یہ دونوں کی دونوں۔ کیوں کسی چیز کو بھی ان کا دل نہیں چاہتا مجھ یہ فلموں کی اتنی شوقین آج کسطرح انکار کر رہی ہیں پکچر جانے سے؟ ۔۔ ان پک۔ نک پر جان دینے والیوں کو آج کیوں فرصت نہیں؟ ۔۔ ہر ہر قدم پر قہقہے بکھیرنے والے ہونٹوں پر آج مسکراہٹ کی ایک بھی لکیر کیوں نہ آسکی؟ ایک ایک بوٹی کو نچانے والا جسم آج اتنا بے حس و حرکت کیوں؟ ۔۔ کبھی دھیما نہ ہونیوالے طوفانی سمندر میں اتنا سکون؟ ۔۔ حد سے زیادہ الھڑ اور بے پرواہ لڑکیاں اسقدر سنجیدہ اور غلمند؟ ۔۔ آخر کیوں؟ ۔۔ اتنا زبردست انقلاب ۔۔ اتنا عظیم تغیر ۔۔ اور صرف چھ ماہ کی مدت میں؟۔
اور ہمارے گھر کی رونق ۔۔۔ شائد ہمیشہ کیلئے ختم ہو کر رہ گئی ۔۔ کم از کم میرے لئے تو ۔۔۔۔

فلسفۂ حیات :-

(از جناب ڈاکٹر افتخار احمد صاحب آفریدی)

زن و شوہر کے تعلقات و فرائض پر دنیا نے بہت کچھ کہا ہے! میں بھی آج اُسی موضوع لطیف پر روشنی ڈالکر یہ واضح کر دینا چاہتا ہوں کہ زندگی کی اس دَوڑ میں شوہر کی کیا منزل ہے اور وہ کہاں ہے۔ ایک ایسی ہی حقیقت جو اس زمانہ کے اہم کوائف پر مبنی ہے۔ لئے ہوئے ہے۔ زندگی کی دوڑ میں عورت اور مرد کس حد تک ایکدوسرے کیلئے ناگزیر ہیں۔ یہ مضمون آپ کی پوری توجہ کا طالب ہے۔ اب آئیے ہم سنجیدگی سے ایک بڑے اہم راز پر سے "انجان پن" کا دبیز پردہ اٹھائیں۔ عام شکایت ہے کہ شوہروں کی اکثریت کا یہ عالم ہے۔ کہ شادی کے چند سال بلکہ چند ماہ بعد ہی وہ اپنی بیوی کیطرف سے ارادی یا غیر ارادی طور پر بڑے بے پرواہ ہو جاتے ہیں۔ اور اگر کوئی بڑی صاف گوئی سے جتادے تو وہ بڑے چراغ پا ہوتے ہیں۔ اور واقعہ یہ ہے کہ بعض وجوہات کی بنا پر یہ کہا جاسکتا ہے کہ عمداً وہ ایسا کرتے بھی ہیں۔ یا وہ بالکلیہ اس شکایت کے وجود ہی سے ناواقف ہوتے ہیں۔ یا بے علمی میں ایسی حرکات ان سے سرزد ہوتی ہیں۔

یا ایک کھلا ہُوا نفسیاتی زاویہ ہے کہ وہ ایک بیوی کی ضروریات اور احتیاجات سے سرے سے ناواقف ہوتے ہیں! شوہرو! کیا تمہیں وہ دن یاد ہیں جب ایسے "تصوّرات" میں زندگی بسر ہوتی تھی۔ یا اگر خوش قسمت ہوئے تو کسی کے "دامنِ محبّت" سے وابستہ تھے؟ بارہا یہ ہُوا تھا۔ تم نے گھڑیاں دیکھی تھیں۔ منٹ گنے تھے۔ چاء جیسی چیز چھوڑ دی تھی۔" اور اپنے "خوابوں کی دیوی" کے درشنوں کیلئے سر توڑ جان مار کر کوششیں کی تھیں! پھولی ہوئی سانسوں کو سینوں میں سموئے تم "مقامِ ملاقات" پر پہنچے تھے اور شائد صرف یہ جاننے کیلئے کہ "وہ" وہاں نہیں۔ اُف خدایا!! کیا ہُوا ہوگا؟ کہیں بس کا ایکسیڈنٹ تو نہیں ہو گیا ہوگا! کہیں اسکے بھائی نے تو آتا نہیں دیکھ لیا۔ اس کی امی تو اس راز سے آگاہ نہیں ہو گئی۔ وہ مجھے چاہتی ہے۔ وہ میرے بغیر زندہ نہیں رہ سکیگی!! اور پھر تم بجھے دل۔ گھبرائے ہوئے دماغ۔ اُلجھے ہوئے احساسات لئے ٹہلنے لگے ہوگے۔ سگریٹ پر سگریٹ جلا ہوگا۔ نہ گرمی کی پرواہ رہی ہوگی۔ نہ سردی کا خطرہ۔ بارش نے تمہیں بھگو ڈالا ہوگا۔ اور پھر آخرکار۔ تمہاری مایوس نظروں میں ایک چمک آگئی ہوگی۔ "وہ شعلہ جوالہ" لپکتا چلا آرہا ہوگا۔ ہمہ تن شوق ملاقات۔ یکسر تصویرِ عشق۔ سراپا اعجاز محبت بنی ہوئی!!! ہائے اللہ آپ کھڑے ہیں! خدا کیلئے مجھے معاف کر دیجئے۔ اُسکے جسم میں ایک تڑپ سی پیدا ہوئی ہوگی۔ آنکھوں میں چمک اور ہونٹوں پر لرزش رقصاں ہو گئی ہوگی۔ "خالہ جان آگئی تھیں"۔ جسکی وجہ سے آ نہیں سکی۔! "سرد ہائے" "ہوئے" "بجھے دل" اور "تھکے وجود کے ساتھ۔ لیکن صبر کی آخری حدوں پر پہنچے ہوئے تم نے اسکا خیر مقدم کیا ہوگا۔ اچھا اچھا کوئی بات نہیں۔ ایسا بھی ہو جاتا ہے۔ آج اتفاق سے میں بھی دیر سے پہنچا۔

جانتا تھا کہ تمہیں دیر لگ جائیگی !! اور ستم ظریفی یہ ہو گی۔ کہ تم خود بھی اپنے
اس برتاؤ کو سمجھنے سے قاصر رہے ہو گے۔ لیکن بڑی ہوشیاری سے تم نے
اس معصوم اور بھولی لڑکی کو سمجھایا ہو گا۔ یہی نہیں تم نے اپنی محبت کو مختلف
دل آویز رنگوں میں پیش کیا ہو گا۔ اس کی حسین آنکھوں کو۔ اپنے ساحرانہ انداز
بیان۔ اور جذبات انگیز طرزِ تخاطب سے اور بھی حسین بنا دیا ہو گا۔ اور پھر
ایسی حالت میں کون کافر شک کر سکتا ہے۔ کہ اُس نے بارہا سوچا ہو گا۔ کہ
لاکھوں میں ایک تمہیں ایسے ہو۔ جس میں ساری "شوہرانہ" صلاحیتیں بدرجہ اتم
موجود ہیں !۔ اور تعجب نہیں اُسے اُس " فردوسی زمانہ" کے خواب ہر وقت آیا
کرتے ہوں گے۔ جب وہ اپنے آپ کو تمہاری " پُرشوق آغوش" میں محسوس کرتی ہو گی۔
لیکن وائے ستم ! اب وہی عورت ہے اور تم ؟ کیا تم اب بھی ہمہ تن شوق بنکر
اس کی ناز برداریاں کرتے ہو ؟ بہرصورت اس کے جذبات کا خیال رکھتے ہو۔
کیا تم اب بھی یہی کہتے رہتے ہو کہ " وہ دنیا کی سب سے بہترین بیوی ہے"۔
اور یہ کہ " تم کسی قیمت پر۔ اُس سے چھُٹ نہیں سکتے ؟

ان سب سے بڑھکر کیا تم اب بھی اس کے " قرب" کے متمنی رہتے ہو ؟ اس
پچھلی شدت کیسا تھ ؟ میں لاعلم نہیں ہوں کہ۔ اب تمہاری زندگی کے مرحلہ
میں چند بچے بھی شریکِ کارواں ہو چکے ہیں۔ اور تمہاری بیوی ؟ اب اُسے اپنی
محبت "منقسم" کر دینی پڑی ہے۔ اس کی توجہ اسطرف بھی منعطف ہو چکی ہے۔
اب وہ صرف ایک محبوبہ ہی نہیں۔ ایک "ماں بھی ہے" ایک" گھر والی بھی ہے" ایک
منتظمہ بھی ہے" اور پھر نہ جانے زندگی کے کتنے مسائل اس کے سامنے ہیں۔ اسکی
ساری حیات زنگ آلودہ ہو چکی ہے۔ اس کے جذبات میں افسردگی کے آثار
پیدا ہو چکے ہیں۔ وہ زندگی کی چکی میں پس پس کر گھس گئی ہے۔ اور محسوس ہوتا ہے

اب اسے پہلی سی محبت نہیں۔ وہ پکار پکار کر کہہ رہی ہے"؎
"مجھ سے پہلی سی محبت میرے محبوب نہ مانگ"
اور اِدھر تم ہو۔ کہ تمہاری کاروباری الجھنیں تم پر سوار ہیں۔ (حالانکہ وہ پہلے بھی کچھ نہ کچھ تھیں) شام کو تھکے ہارے گھر کو لوٹتے ہو۔ اور تم اُسکی جانب کوئی توجہ نہیں کرتے۔ بیوی کی ان ساری "مشکلات" میں گویا تمہارا کوئی حصّہ نہیں۔ تمہیں ان سے دور کا بھی واسطہ نہیں۔ آخر تم دونوں۔ اب ایک دوسرے کیلئے۔ انجان۔ اور بیگانہ سے ہو گئے ہو۔ اس تلخ حقیقت کا بخوبی احساس ہو گیا ہے۔ کہ ہفتوں ایک دوسرے کی قربت نصیب نہیں ہوتی۔ گویا ابتدائی دَورِ محبت۔ ایک طوفان تھا۔ جس کے گزر جانے کے بعد مکمل سناٹا۔ زندگی کے ماحول پر طاری ہو چکا ہے۔ دنیا کی فکریں۔ زندگی کے بار سر اٹھانے نہیں دیتے۔ خانگی امور سے دم بھر کو فرصت نہیں۔ وہ رنگین اور تازہ خیالات کی دنیا ویران ہو چکی ہے۔ اور اب پریشانیوں اور محرومیوں کے سوا کچھ نہیں! اُف ہائے غمِ محرومی!! اور اس "غم" نے تمہیں "کلب" اور دوسرے راستے دکھائے۔ اور اسطرح "قفس" نے تمہارے "آشیانہ" کو شکست دی ہے!"
لیکن دوسری طرف ذرا اپنی بیوی پر نظر ڈالو! وہ غریب "خانہ داری" اور "مامتا" کی زنجیروں میں جکڑی ہوئی ہے۔ اور اب یہی اُس کی زندگی ہے۔ وہ اب باہر کی دلچسپیوں کی بالکل نہیں رہی۔ اور کیا اس پر بھی تم یہ کہہ سکتے ہو وہ قطعی طور پر اپنے اس طرزِ زندگی پر مطمئن ہے؟ اور یہ ساری کڑیاں بخوشی جھیل رہی ہے۔ صرف اس لئے کہ وہ ایک عورت ہے؟ کیا تم یہ نہیں سوچ سکتے کہ اس جھمیلے سے زیادہ نہ سہی چند گھنٹوں کے لئے ہی وہ ان سے بھاگنا چاہتی ہوگی؟ خواہ ہفتہ ہی میں ایک دن ایسا ہو؟ یہ نہ بھولئے کہ عورتیں بھی

انسان ہیں ۔ انہیں فطرتی طور پر اپنی ذمہ داریاں محبوب ہوتی ہیں ۔ اور ایک ہی صورت ایسی ممکن ہو سکتی ہے کہ " اطمینان و سکون " کی دنیا آباد ہو سکتی ہے ۔ بشرطیکہ شوہر بیوی کے " مطالبات " سے واقف ہو اور ہر میسر آنے والے موقعہ سے فائدہ اٹھاتا ہو ۔ بالخصوص ایسی صورت میں جب مخالف موانعات کا ایک پہاڑ اس کے سامنے کھڑا ہو ۔ " ورنہ " لاپرواہی " سے گزر کر اس کے " انداز حیات " کی حدیں " غیر ذمہ داری " کی حد تک اپنا دامن دراز کریں گی ! میرا خیال ہے ۔ ہمیشہ شوہر اس امر کی کوشش کرتے ہیں ۔ کہ وہ اپنے آپ کو ایک " مثالی شوہر " ثابت کریں ۔ اور یہ کہ اُن میں سے خال خال ہی ایسے ہونگے ۔ جو اپنی بیویوں کا خیال نہیں کرتے ۔ لیکن مجھے یقین کامل ہے کہ بیویوں کی " اکثریت " کا عقیدہ یہ ہے کہ ان سے لاپرواہی برتی جاتی ہے ۔ عورت محبت کی دیوانہ وار بھوکی ہوتی ہے اور وہ محبت اور رومان سے والہانہ پیار کرتی ہے ۔ کیونکہ یہی وہ مقام ہے جہاں وہ سوچنے پر مجبور ہوتی ہے ۔ اسے یہ احساس ہوتا ہے ۔ کہ اسوقت بھی دنیا میں اسکا کوئی مقام ہے ۔ اور سینماء ! سینماء میں اُسے اپنے خوابوں کا ایک ہلکا سا سایہ نظر آتا ہے ۔ وہ اسے پکڑنے کیلئے لپکتی ہے ناولوں اور افسانوں میں اسے یہی سایہ اور گہرا دکھائی دیتا ہے اور وہ اس کیطرف بے تحاشا دوڑ جاتی ہے ! لیکن یہ " بے کیف " " بے بنیاد " قسم کا مواد اُس کیلئے نقش بر آب ثابت ہوتا ہے ۔ کیونکہ وہ تو محبت کی آغوش میں جینا اور شادی سے قبل کے " تصورات " کی دنیا میں پلنا چاہتی ہے ۔ اسی لئے اس بات کا پورا پورا خیال رکھنا ہی ضروری ہے ۔ یہ احساس بیوی کا ہر دم تازہ دم رہے ۔ کہ " وہ مجھے چاہتے ہیں " " مجھ سے انہیں محبت ہے " اب بھی اس میں تر ہی تازگی ہے ۔ نئی " نوسی " ہے !! اور یہی اصل میں رازِ حیات ہے ! عورت کی فطرت میں

بڑی لچک ہوتی ہے ۔ وہ تحمّل ایثار اور قربانی کی دیوی ہے ۔ وہ بیک وقت
شوہر کی خدمت ۔ بچوں کی پرورش ۔ گھر کی معاشی اور اقتصادی ذمہ داریاں ۔ غرض
سینکڑوں عجیب وغریب کام سرانجام دیتی ہے ۔ لیکن اس بات پر جان دیئے دیتی
ہے ۔ کہ بس اسکا شوہر اس سے محبّت کئے جائے ۔ ایسی محبّت جو اس کے قلبی
لگاؤ کی مظہر ہو نہ کہ خالی الفاظ کا گورکھ دھندہ ! اور جب شوہر نے یہ راز
معلوم کر لیا ۔ وہ دنیا کا کامیاب ترین انسان ہو نہ ہو ۔ لیکن ایک کامیاب شوہر
ضرور ہے ! میں چند ایسے " سادہ و پرکار " اصول عرض کروں کہ آپ اگر ان پر
عمل کریں تو آپ اُن کے نتائج پر حیران رہ جائیں گے ۔ سنیئے ۔ شوہروں کو چاہیئے
جتنی دیر ممکن ہو بیویوں کے ساتھ رہیں ۔ خواہ گھر پر ہوں یا باہر ۔ اگر شوہر گھر
کے " قصّوں بکھیڑوں " سے عاجز ہو جاتے ہیں ۔ تو انہیں اس حقیقت کا احساس
بخوبی کر لینا چاہیئے کہ یہ چھوٹی چھوٹی معمولی باتیں نہیں ۔ بلکہ جب یہ سب اکٹھی
ہو جائینگی تو بیوی کی تنہا " جان " پر مصیبتوں اور صعوبتوں کا پہاڑ بن جائیگی ۔
ان کا فرض ہے کہ وہ بیوی تن دہی سے کان دھر کر شکایات سنیں ۔ اور انکی اہمیت
کو محسوس کرتے ہوئے ایسی رائے ضرور دیں جو " تعمیری قسم " کی ہو ۔ اور ممکنات کی
تبدیل سے ہو ! عام شکایت ہوتی ہے کہ بچہ ہوا اور بیوی ہاتھ سے گئی ۔ اب وہ
پہلی سی مدارات کہاں ۔ لیکن یہ امر اسی قدر قابلِ غور ہے ۔ اسکا مطلب یہ ہے ۔ کہ
بچوں کو ماں کی محبت اور توجہ کی سخت ضرورت ہے ۔ وہ وقت کا زیادہ حصّہ
یونہی انہیں نہیں دیتی ! ( ہاں یہ بھی شرط ہے کہ بیوی بھی اس حقیقت کا احساس
کرے کہ بالکل بچوں ہی کی نہ ہو جائے ۔ حدِ اعتدال دونوں ملحوظ رکھیں ) یہ بڑا
ہی بیہودہ خیال ہے کہ بیوی میاں سے زیادہ بچوں کو چاہتی ہے ۔ وہ اُن کے ابّا
کا خیال پہلے کرتی ہے ۔ بعد میں بچوں کو ہر بات پر آگے بڑھاتی ہے ۔ اور اگر ایسا ہے

کہ وہ واقعی بچوں کیطرف کھنچی جاتی ہے ۔ تو آپ ذرا مہربانی کرکے اپنے مزاج و خیال پر بھی توجہ دیں۔ قصور بڑی حد تک آپکا نکل آئیگا۔ بہتر ہے آپ یہ الزام ہی نہ دیں۔ جب تک کہ خود کو پرکھ نہ لیں!! یہ بچے! — آپ یہ کیوں سمجھتے ہیں کہ تنہا اس غریب ہی کے ہیں؟ وہ آپ کے بھی ہیں اس کے بھی۔ وہ اور بچے دونوں اس بات کے متمنی ہوتے ہیں کہ آپ "ابوت" کا بوجھ اٹھائیں۔ اور وہ بے جا نہیں۔ سوچئے! آپ یہ کبھی نہ سوچیں کہ کما لیا اور اپنے فرائض سے چھٹی پائی آپ کا فرض صرف اتنا ہی نہیں ہے کہ آپ ایک "باپ" بھی ہیں۔ آپ چند ہستیوں کو اس دنیا میں لانے کا "باعث" بھی ہیں ۔ لہٰذا آپکو "باپ" بھی بننا پڑے گا!! زندگی میں محبت اور جنسیات ہم پلہ ہیں ۔ بڑھاپے میں بھی انسانی فطرت مل بیٹھنے کا تقاضا کرتی ہے۔ لہٰذا یہ بڑی اہم بات ہے کہ کچھ دیر ضرور تنہائی میں مل بیٹھیں ۔ گلے شکووں کے دفتر ہی کھول لیں۔ لیکن ہو تنہائی ۔ اولاد کا ایک طرف ہو کر اپنے فرائض میں کھو جانا بھی اسکا فرض ہے ۔ نہ کہ ہر وقت ماں باپ کے سر پر سوار رہیں۔ اس سلسلہ میں کسی نہ کسی طرح کچھ نہ کچھ انتظام ہونا چاہیئے ۔

مانچسٹر (امریکہ) میں ایک ادارہ ہے ۔ جو غیر سرکاری رضاکار خالاؤں کا ادارہ کہلاتا ہے ۔ بڑے تھوڑے سے معاوضہ پر یہ "ہمدرد خالائیں" اپنے بھانجوں اور بھانجیوں کو سنبھالتی ہیں۔ اور ماں باپ کچھ دیر اپنے "ماضی" میں لوٹ جاتے ہیں!! ہمارے یہاں ایسا کوئی انتظام نہیں ۔ لیکن اور بہت سی صورتیں ممکن ہیں۔ بچوں کو تھوڑی دیر کیلئے اپنے سے دور رکھنا بھی اتنا ہی اہم اور ضروری ہے جتنا اپنے پاس رکھنا۔ اور یہ دونوں کیلئے مفید ہے ۔ بچوں کے لئے بھی اور والدین کے لئے بھی۔ عورت کی اسے خوبی کہئیے یا کمزوری وہ اپنے حسن و جمال کی تعریف و توصیف کی عمر بھر بھوکی رہتی ہے۔ شوہروں کا فرض ہے کہ وہ بیوی کے ظاہری

سنگار اور بناؤ میں ہمیشہ دلچسپی لیں۔ نئے سے نئے فیشن کو بغور دیکھیں اور
اپنی بیویوں کو ان سے کبھی محروم نہ رکھیں۔ "وہ غرارہ جو بی ہمسائی پہنے ہوئے
تھیں کتنا اچھا تھا" نہ بھولئے کہ یہ عورت کی ایک فطرت ہے۔ اس کے علاوہ
گھر کے چھوٹے موٹے کاموں میں ضرور حصہ بٹائیں۔ آپ "حاکم" ہیں یہ تسلیم
لیکن حکومت کا ایک ہی طریقہ تو نہیں کہ "تحکم" ہی کا کوڑا مارا جائے۔ "زبان
شیریں" سے دل کا موہنا آسان ہے اور پائیدار بھی۔ اور ایک نسخہ اکسیر!
اس انداز سے آپ کا اخلاق بھی سدھر جائے گا۔ خوش خلقی آپ کی فطری
خوبی بن جائے گی۔ وہ "وقت" اور وہ "انداز" ضرور یاد رکھئے۔ جن کیساتھ
آپ نوجوان لڑکیوں کی "خاطر و مدارات" کرتے تھے اور انتہائی اخلاق سے
پیش آتے تھے۔ بیویاں۔ خواہ وہ بوڑھی ہو جائیں۔ دنیا کے ہر شخص کی بداخلاقی
سہہ سکتی ہیں۔ سوائے اپنے شوہر کے۔ وہ چاہتی ہیں کہ اسے یہ احساس کبھی نہ ہو
کہ ان کی وہ دلکشی اب ختم ہو چکی ہے۔ اور اب ان کو بھلانے۔ ان کی خاطر
و مدارات کرنے کیلئے ان کے پاس کچھ نہ رہا!! کبھی کبھی اچانک کوئی ایسی
چیز کوئی ایسا تحفہ اسے دیجئے کہ وہ چونک پڑے۔ محبت اس کی آنکھوں
میں رچ جائے اور دل اس سرور سے سرشار ہو جائے کہ الحمدللہ! انہیں
میرا خیال تو ہے۔ یہ تو سوچئے۔ کہ وہ چیز صرف چند ٹکوں کی ہے۔ اسے تو
بس یہ احساس ہو جائے کہ اسکے لئے خریدی گئی ہے۔ اور اسی کیلئے ہے!! جب
آپ کی شادی ہوئی تھی۔ جس روز آپ دونوں ایک دوسرے کے ہوئے تھے۔
وہ دن نہ صرف "مبارک" تھا۔ بلکہ یادگار تاریخی دن بھی تھا۔ اس دن کی یاد
اتنی شیریں۔ دلکش اور سحر آفرین ہوتی ہے۔ کہ ہر سال اسے بڑے اہتمام سے
یاد کیجئے۔ کبھی نہ بھولئے۔ آپ کی بھول "جرم" نہیں "گناہ" ہو گی۔ اسدن کی یادگار

منا کر آپ پھر سے جوان ہو جائینگے۔ اور جوان ہی ہیں تو جوان تر ہو جائیں گے۔ ہماری زندگی مثلث کے ان تین زاویوں ہی کے اندر تو گھومتی ہے۔ جن کے نام ہیں۔ ماضی، حال، مستقبل!!! "ماضی" کی یاد نہ ہو تو انسان نہ حال میں جئے اور نہ مستقبل میں جینے کیلئے تیار ہو!!

یہ مضمون تشنہ رہیگا۔ اگر میں زندگی کے ایک اہم "راز" کیطرف اشارہ نہ کروں۔ یعنی کچھ آپکی "جنسی زندگی" کے متعلق!!

آج کی تعلیمیافتہ۔ ترقی یافتہ اور تہذیب یافتہ دنیا میں بھی یہ حال ہے کہ تعجب سے ہم اچھل پڑتے ہیں۔ جب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ برسوں کے شادی شدہ جنیات کے ان نازک نازک رازوں سے بالکل سپاٹ ناواقف ہیں۔ جن پر زندگی کی خوش حالی اور سکون حیات کا دارومدار ہے۔ جن کے بغیر زندگی الجھنوں کا پہاڑ ہے۔ اور اضطرابوں کا سمندر بن جاتی ہے۔ اور ایسے ایسے طوفان اٹھتے ہیں کہ بسا اوقات چراغ حیات بجھ جاتا ہے۔ کشتی حیات ڈوب جاتی ہے!! اور زندگی رہتی بھی ہے تو "دردِ سر زندگی" نہیں کا مظاہرہ بن کر! یاد رکھئے۔ اس پہلو کو اس حد تک تشفی بخش اور کیف آفرین ہونا چاہیئے۔ کہ محبت تازہ دم ہو جائے! دونوں شریک حیات ایکدوسرے کے اور قریب آجائیں۔ افسوس اس کا ہے کہ دس میں سے نو زندگیاں اس تلطف اور تلذذ سے ناآشنا ہیں!! اور آپ یقین مانیں اس خامی میں صرف شوہر کا ہاتھ ہوتا ہے۔ کم از کم نسے اسقدر تو ضرور ہی جاننا چاہیئے۔ کہ اس کی رفیقۂ حیات کا اقتضاء کیا ہے؟ وہ کس قسم کی عورت ہے۔ یہ مضمون اس میں کوئی شک نہیں "شوہروں" کے لئے لائحہ عمل ہے۔ لیکن بیویوں سے بھی گذارش ہے۔ آپ بیشک "ناز" جتنا جی چاہے کریں۔ لیکن شوہر سے اس والہانہ انداز میں پیار کریں۔ اور اس کی ضروریات کو اسطرح بھانپیں کہ پھر آپ کے اور اُس کے

درمیان کوئی پردہ نہ رہے۔ آپ دونوں ایک دوسرے میں مدغم ہو جائیں گے۔ ایک دوسرے ہی کے رہینگے۔ یاد رکھئے۔ آپ کی نسلیں انہیں اقدارِ حیات کو اپنائے ہوئے نکلیں گی۔ وہ آپ دونوں کے کردار کا آئینہ ہوں گی۔ اس کا خیال رکھیں کہ کہیں دنیا کو اس آئینہ میں اپنی شکل بھدّی نہ نظر آئے۔ شادی بیاہ وہ آسمانی ہدیہ و تحفہ اور ارمغان ہے کہ انسان اس پر بجا طور پر فخر و ناز کر سکتا ہے۔ اگر یہ ایک دوسرے کو وابستہ کرنیوالا بندھن نہ ہوتا تو ہمارا شیرازۂ حیات بکھر کر رہ جاتا۔ ان لمحات کو کبھی نہ بھولئے جب آپ دونوں نے ایکدوسرے کو دیکھا تھا۔ آپ کے دل میں کچھ ہوا تھا۔ جو آنکھوں میں سمٹ آیا تھا۔ پھر آنکھیں ایک دوسرے کو قریب لے آئی تھیں۔ شب و روز خوابوں کے جزیروں میں یہ آنکھیں آپکو لئے پھرا کرتی تھیں۔ حتے کہ آپ کی دعائیں قبول ہوئی تھیں۔ اور آپ دونوں ایک دوسرے کے بنا دئے گئے تھے!! محبت کا یہ خاص جوہر ہے کہ وہ آنکھوں میں رقص فرماتی ہے! اور محبوب کی آنکھوں میں اپنے جلوے دکھایا کرتی ہے!! میری دعا ہے زندگی کے آخری لمحوں تک آپ دونوں کی آنکھوں میں یہ جلوے تڑپتے رہیں۔ "آمین"

# بچے کا مستقبل

# ماں کے ہاتھوں میں ہے

(از جنابہ بیگم - ایس - زمان صاحبہ - راولپنڈی)

اگر پند ز درویشے پذیری     ہزار امّت بمیرد تو نہ میری
بتولے باش و پنہاں شو ازیں عصر     کہ در آغوش شبیرے بگیری
اقبالؒ

بچوں کی تعلیم و تربیت پرورش و نگہداشت کے طریقہ کار پر ایک طویل عرصہ سے کہا سنا جا رہا ہے۔ لیکن اگر نتیجہ پر غور کیا جائے تو ہنوز روز اول ہے۔ کہیں تعلیم نسواں پر اعتراضات کئے جا رہے ہیں۔ کہ علم مستورات کو شوخ چشم و خود نما بنا دیتا ہے۔ کوئی مخلوط تعلیم کو قوم کی تباہی و بربادی کا باعث قرار دے رہا ہے۔ بعض مولویانہ روش حضرات لڑکیوں کو دینی تعلیم کے دائرہ سے باہر جانا محض کفر خیال کرتے ہیں۔ کئی ایک حضرات مغربی تعلیم ہی کو ذریعۂ نجات تصور کرتے ہیں۔ ہمیں اس امر سے ہرگز سروکار نہیں۔ کہ ان میں سے کون راہ راست پر اور کون بھٹکا ہوا ہے۔ یہاں صرف یہ عرض کر دینا کافی ہوگا۔ کہ تعلیم خواہ دینی ہو یا دنیوی عورتوں کیلئے از بس ضروری ہے۔ حقیقت تو یہ ہے۔ کہ بچے کا اولین مکتب ماں کی گود ہے۔ اور اسی ایک واحد مکتب کا

سبق اور اسی مدرس کا درس بچے کی تمام عمر پر اثر انداز ہوتا ہے ۔ پیدائش پر انسانی دماغ ایک صاف سلیٹ کی مانند ہوتا ہے ۔ وقت گزرتا چلا جاتا ہے ۔ اور روزمرہ کے حادثات اور واقعات بچے کے دماغ پر ابتدا میں ہلکے ہلکے نقوش اور کچھ عرصہ کے بعد گہرے تاثرات کی ایک مسلسل ہسٹری تحریر کرتے چلے جاتے ہیں ۔ ہوشیار خواندہ ماں شروع سے ہی جان لیتی ہے ۔ کہ یہ ننھا فوٹو گرافر اپنی ماں کی ہر معمولی اور غیر معمولی حرکت کی تصویر اپنے دماغی کیمرہ میں آئندہ ضروریاتِ زندگی کیلئے محفوظ کئے جا رہا ہے ۔ وہ اپنی کمزوریوں پر پردہ ڈالتے ہوئے ۔ اپنے غم و غصہ ۔ بدزبانی بدکلامی کو پنہاں رکھتے ہوئے انسانیت کے بہترین شاہکار اخلاقیات کے بلند ترین اسباق خلق کے بین ثبوت ۔ راست بازی ۔ شجاعت ۔ ہمت و استقلال اور ایثار و قربانی کے یکتا نمونے اس کمسن آرٹسٹ کو فلمانے کیلئے پیش کرتی ہے ۔ تاکہ یہ نووارد فنکار کسی وقت کارزارِ حیات میں کامیاب زندگی بسر کرنے کیلئے ان سے مشعلِ راہ کا کام لے ذرا آگے بڑھ کر بچہ بولنا سیکھتا ہے ۔ تو زیرک ماں اور خبردار ہو جاتی ہے ۔ بچہ کیلئے موزوں زبان کے موزون ترین الفاظ کا انتخاب کیا جاتا ہے ۔ لغو قصِوں ، فضول کہانیوں اور بیہودہ داستانوں کی بجائے قومی جانثاروں کی سرگزشتیں مجاہدوں کی سرفروشیاں اور شجاعوں کی سوانح حیات کے زرین کارنامے بیان کر کے بچے کو قوم کیلئے مایۂ ناز بنانے کی سعی کی جاتی ہے جب ذرا اور بڑا ہو کر بچہ کو کھیل کود کیلئے ہم عمر بچوں کی ضرورت محسوس ہوتی ہے ۔ تو خود آگاہ ماں اپنے بچے کیلئے ہم عمر بہن بھائی یا دوست بن کر خود اس کو کھلاتی ہے ۔ ساتھ کھیلتی ہے ۔ اور اسی بہانہ سے ورزش کے آداب اور فوائد سستی ، کاہلی اور بیکاری کے عیوب سے بچے کو آگاہ کرتی ہے ۔ اور ساتھ ہی

ساتھ شریف بچوں سے محبت و پیار اور شریر لڑکوں سے نفرت کا اظہار کرتے ہوئے بچے کیلئے ایک بہترین ناصح کا کام کرتی ہے۔

تقریباً پانچ سال کی عمر میں بچہ کو آگ پانی، چاند، سورج آسمان ستارے اور گردو پیش کی تمام اشیاء کے خواص اور حقیقت دریافت کرنیکا شوق پیدا ہوتا ہے۔ وہ استفسارات و سوالات کرنے شروع کرتا ہے۔ بے شعور مائیں تو ڈانٹ ڈپٹ کر بچے کو خاموش کر دیتی ہیں۔ اور اپنی کج فہمی کیوجہ سے بچے کو ناقابلِ برداشت خیال کرتی ہوئی دور رکھنے کی کوشش کرتی ہیں۔ بچے کے سوال کو بے معنی جان کر جواب دینا سر دردی سمجھتی ہیں۔ لیکن ایک تعلیم سے بہرہ ور ماں اس کے برعکس بچے کے ہر سوال کا فقط خاطر خواہ جواب ہی نہیں دیتی۔ بلکہ اس کی مکمل تسلی کرتے ہوئے مزید سوالات کرنے کی جرأت دلاتی ہے۔ تاکہ اس نو وارد و اجنبی کے تمام شکوک زود تر دور کر کے اسکو اردگرد کے ماحول سے آشنا بنا دے۔

بچہ کا فقط دماغی پہلو ہی عقلمند ماں کی انتہائی توجہ کا محتاج نہیں بلکہ اس کی جسمانی صحت کی حقیقی نگران بھی ماں ہی ہوتی ہے۔ دانا اور تعلیم یافتہ مائیں ہی ملک و قوم کو پاکیزہ خیالات کے تندرست و توانا نوجوانوں جیسی دولت سے مالا مال کرتی رہتی ہیں۔ بیمار کمزور اور مریل بچے اول تو بچپن میں ہی لقمۂ اجل بن جاتے ہیں۔ اور اگر زندہ بھی رہیں۔ تو ملک و ملت کے لئے ایک بارِ گراں بن جاتے ہیں۔ جن کا مرنا جینے سے بہتر ہوتا ہے۔ تعلیم یافتہ اور فقط تعلیم یافتہ مائیں ہی بچے کی بدنی صفائی، خوراک، لباس ورزش، کھانے، پینے، سونے کے اوقات کی پابندی اور اس کیلئے زندگی بخش غذا مہیا کرنے کے فرائض انجام دسکتی ہیں۔ ہمارے ملک کی انتہائی بدقسمتی ہے

کہ شائد پانچ فیصدی مائیں بھی خواندہ نہیں ہیں۔ اسی وجہ سے ہم ابھی مہذب ممالک کی صفِ اول میں بھی کھڑے ہونے کے قابل نہیں ہیں۔ دیگر ممالک کی تربیت یافتہ ماؤں کے پروردہ باصحت صحیح الدماغ بچے نوجوان ہو کر ملک و ملت کے سچے خیرخواہ اور جانباز سپاہی بنتے ہیں۔ یہاں یہ حال ہے کہ راہنمایانِ قوم نے عورت کو ایک مدت سے گھر کی چار دیواری میں مقید کر کے اُسے تنگ دل۔ تنک مزاج اور جاہل رکھنے پر ہی قناعت نہ کی۔ بلکہ ایک ادنےٰ خادمہ ایک زرخرید غلام کے سے فرائض کی سرانجام دہی اُسکے سپرد کر دی۔ نتیجہ یہ ہوا کہ ناخواندہ ماؤں کی آغوش میں غدارانِ قوم قاتلوں۔ ڈاکوؤں۔ رہزنوں اور ملت فروشوں نے پرورش پا کر وطنِ عزیز کی عزت اور وقار کو خاک میں ملا دیا۔ عورت کی جاہلیت ناقابلیت اور پھوہڑپن کا واحد ذمہ دار مرد ہے۔ جس نے اپنی جسمانی قوت اور عورت کی کمزوری کا ناجائز فائدہ اُٹھاتے ہوئے ہر ملک اور ہر زمانہ میں ہمیشہ اُسکو ذہنی پستی کی تاریک غاروں میں دھکیل کر اپنی بالادستی اور ستم ظریفی کا ثبوت مہیا کیا ہے۔ اس تاریکی میں اب کہیں کہیں روشنی کی جھلک دکھائی دینے لگی ہے۔ مردوں کو اپنی غلطیوں کا احساس ہو رہا ہے۔ عورتیں خود بھی بیدار ہو کر اپنی دوسری مظلوم بہنوں کی آزادی کیلئے کوشاں نظر آرہی ہیں۔ اللہ کرے کہ وہ کامیاب ہوں اور علم کی روشنی سے فیضیاب ہو کر وطنِ عزیز کے تحفظ کیلئے دیندار مسلمان سرفروش مجاہد اور اولوالعزم غازی پیدا کرنے میں کامیاب ہوں۔

(از جناب حکیم فضل الرحمٰن صاحب ۔ رضوی)

حسن وہ جوہرِ کامل ہے۔ جس کی تعریف میں شعراء و ادباء رطب اللسان ہیں۔ جنکی داستانیں مشہور و معروف ہیں۔ اور اس دنیا میں جتنی شہرت اور عزت حسن کے حصہ میں آئی اس کا عشر عشیر بھی کسی غیر کو نہیں ملا۔ دولت و باد شاہت حسن کے ہاتھ باندھے غلام ہیں۔ اور بڑے سے بڑے مغرور انسان حسن کی چوکھٹ پہ جبہ سائی اپنے لئے فخر سمجھتے ہیں۔ اس لئے صنفِ نازک ہو یا مرد ہر ایک کی دلی خواہش ہے کہ وہ حسین و خوبصورت ہو۔ حسن اگرچہ خداداد نعمت ہے۔ لیکن اس میں بہت کچھ اضافہ کسبی طور پر بھی کیا جاسکتا ہے اور اس مشکل کو science of beauty culture نے کسی حد تک حل کر دیا ہے۔ اگر انسان بڑے بڑے اصولوں پر عمل پیرا ہو تو یقیناً وہ اپنے حسن و خوبصورتی میں معتد بہ اضافہ کر سکتا ہے۔ جب ہم حسن پر کچھ لکھتے ہیں تو عموماً اذہان اسی طرف جاتے ہیں کہ جس سے مراد صرف وہ حسن ہے جو سُرخی۔ غازہ وغیرہ سے عارضی طور پر حاصل کیا جاتا ہے۔ لہٰذا مردوں کو اس موضوع پر غور کرنے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔ حالانکہ خوبصورتی جتنی صنفِ نازک کیلئے اہم ہے۔ اس سے مردوں کیلئے

کچھ کم ضروری نہیں ہے ۔ ذیل میں یہی بڑے بڑے اصول درج کئے جاتے ہیں. جن پر عملدرآمد کر کے اپنی جسمانی شکل وشباہت میں کافی حد تک خوبصورتی پیدا کیجا سکتی ہے ۔ اور ان اصولوں پر ہر اس انسان کیلئے عمل کرنا لازمی ہے ۔ جو اس دنیا میں صحت مند زندگی بسر کرنا چاہے ۔

## ۱ ۔ نیند

جسم کی تندرستی اور رنگ نکھارنے کیلئے نیند نہایت اہم ہے ۔ حالتِ نیند میں دل اور پھیپھڑوں کے سوا سب اعضاء آرام ( Rest ) کرتے ہیں ۔ دن بھر محنت و مشقت کرنے سے یا دیگر ضروریاتِ زندگی میں لگے رہنے سے دورانِ خون خارجی اعضاء کیطرف زیادہ ہوتا ہے ۔ اور اندرونی اعضاء میں خون کی کمی کا واقعہ ہونا امر لازم ہے ۔ اگر نیند نہ کیجائے تو آہستہ آہستہ بے خوابی سے پیدا شدہ اثرات اعضائے اندرونی پر اثر انداز ہوتے ہیں ۔ جس کی وجہ سے نظامِ جسمانی میں خلل واقع ہونا یقینی امر ہے ۔ لہٰذا دماغی اور جسمانی کام کے بعد آرام کرنا اور سونا صحت کیلئے نہایت اہم ہے ۔ صحیح نیند سے اعضاء بعد از تھکان تر و تازہ ہو جاتے ہیں ۔ چہرے پر بشاشت آجاتی ہے ۔ اور رنگ نکھر جاتا ہے ۔ رات کو جلدی بعد از نمازِ عشاء سو جانا چاہیئے ۔ کیونکہ حکمائے مغرب نے بتحقیق ثابت کیا ہے کہ رات بارہ بجے سے پہلے دو گھنٹہ سونا بارہ بجے کے بعد کی چار گھنٹہ کی نیند سے بہتر ہے ۔

## ۲ ۔ ہوا

اپنی لطافت کیوجہ سے ہوا دیکھی نہیں جا سکتی ۔ اس لئے لوگ عام طور پر اس کیطرف کم توجہ دیتے ہیں ۔ حالانکہ صحت و حسن کیلئے تندرستی اور چہرہ کے رنگ کو نکھارنے کیلئے کثیر مقدار میں تازہ اور صاف ہوا کی ضرورت ہے ۔

اس لئے دن کو کھلی ہوا میں رہنا - اور رات کو ایسے کمرہ میں سونا جو صاف ستھرا اور ہوا دار ہو - صحت اور خوبصورتی کیلئے نہایت اہم ہے -

## ۳ - پانی

جس طرح بغیر صاف ہوا کے صحت قائم نہیں رہتی - اسیطرح بغیر صاف پانی کے گزارہ مشکل ہے - پانی تقریباً ۸۰ فیصدی جزو خون ہے - پانی نہایت ضروری انسان کے بدن کی جزو ہے - یہ غذا کو تحلیل کرتا ہے - کیلوس کو عمدہ بننے میں مدد دیتا ہے - اور خون کی رقت کو قائم رکھتا ہے - اس لئے ضروری ہے کہ صاف ستھرا پانی استعمال کیا جائے - تاکہ صحت کے ساتھ خوبصورتی بھی قائم رہے -

## ۴ - غذا

ہوا اور پانی کے بعد قیام صحت کیلئے عمدہ غذا نہایت ضروری ہے - غذا اجزائے تحلیل شدہ کا نعم البدل ہونے کے علاوہ جسم کیلئے حرارت بھی مہیا کرتی ہے - مناسب غذا سے اچھی مقدار میں خون پیدا ہوتا ہے جس سے چہرہ سرخ اور بارونق ہو جاتا ہے - اس مقصد کیلئے غذا ہمیشہ سادہ اور معقول استعمال کرنی چاہیئے - جس میں فضلہ کم اور غذائیت زیادہ ہو - بعض عورتوں کی صحت پر خراب غذا کا نہایت برا اثر ہوتا ہے - جس کیوجہ سے دن بدن ان کی صحت گرتی جاتی ہے - اور چہرہ کی رونق غائب ہو جاتی ہے - اسلئے ضروری ہے کہ کھانا اچھا پکا ہوا ہو - تازہ ہو - گھی خالص ہو - سبزیاں تازہ اور گوشت کا استعمال ادل بدل کر کیا جائے - کیونکہ حکماء کا مقولہ ہے "اختلاف زندگی کا مصالحہ ہے" بہرحال اچھی غذا اچھی صحت اور حسن کے لئے خشت اول کی حیثیت رکھتی ہے -

## ۵ - ورزش

صحت اور حسن کیلئے ورزش نہایت مناسب ہے۔ ہر عمر میں ہر شخص کو خواہ وہ مرد ہو یا عورت بوڑھا ہو یا جوان بقدر طاقت ورزش کرنی چاہیئے۔ ورزش سے دورانِ خون تیز ہو جاتا ہے۔ عضلات و عروق و اعصاب خوب مضبوط ہو جاتے ہیں۔ جسم میں پھُرتی اور چستی آجاتی ہے۔ پھیپھڑے آکسیجن زیادہ جذب کرتے ہیں۔ اور کاربن کی کمی ہو جاتی ہے۔ جسکی وجہ سے خون خوب صاف اور سُرخ ہو کر آدمی کے رنگ کو مثل انار سُرخ کر دیتا ہے۔ مردوں کیلئے مختلف قسم کی ورزشیں ہیں۔ سخت بھی اور نرم بھی۔ لیکن عورتوں کیلئے سب سے اچھی اور مفید ورزش گھر کا کام ہے۔ آج موجودہ فیشن زدہ لڑکیاں گھریلو کام سے جی چراتی ہیں اور نوکروں سے کام لینا فخر سمجھتی ہیں۔ حالانکہ گھر کا کام ان کیلئے بہترین ورزش ہے۔ برتن دھونا۔ کپڑے دھونا پانی لانا۔ چکی پیسنا۔ یہ وہ امور ہیں جن سے لڑکیوں کی ورزش بھی ہوتی ہے۔ اور امور خانہ داری میں مہارت بھی پیدا ہوتی ہے۔ اگر وقت ہو تو کھُلی ہوا میں باپردہ سیر کیلئے نکلنا بھی ضروری ہے۔ آج کل عام طور پر سیر و تفریح کیلئے لوگ ٹانگہ موٹر استعمال کرتے ہیں۔ حالانکہ سیر کیلئے پیدل جانا چاہیئے۔ تاکہ سیر و تفریح کے ساتھ ورزش بھی ہو۔

## ۶ - صفائی

کسی شاعر کا یہ کہنا بالکل بجا ہے۔ ؎

صفائی عجب چیز دنیا میں ہے
صفائی سے بڑھ کر نہیں کوئی شے

صحت اور خوبصورتی قائم رکھنے کیلئے بلکہ خوبصورت بننے کیلئے صفائی کی بہت

اہمیت ہے۔ جسم، کپڑے، بستر، مکان غرضیکہ ہر ایک چیز صاف اور اجلی ہونی چاہیئے۔ قدرت نے انسان کو اپنے خزانہ سے خوبصورتی کی وافر دولت عطا فرمائی ہے۔ انسان کا کام یہ ہے۔ کہ وہ اس عطیۂ ربانی کو خوب سنبھال کر رکھے۔ اور اس کے استعمال میں خاص احتیاط برتے۔ صفائی کیلئے مندرجہ ذیل چیزوں کا خاص خیال رکھا جائے۔

## ۱۔ آنکھ

آنکھ نعمتِ خداوندی ہے۔ اسلئے اس کی حفاظت و صیانت پر بہت توجہ دینی چاہیئے۔ آنکھ صرف دیکھنے کیلئے ہی نہیں بلکہ خوبصورتی کیلئے بھی بہت ضروری ہے۔ ایک براق آنکھ کا اثر قلب پر اتنا گہرا ہوتا ہے۔ جسکا مقابلہ تیر بھی نہیں کر سکتا۔ آنکھ کی فطرتی خوبصورتی کو قائم رکھنے کے لئے ضروری ہے کہ آنکھیں صاف اور ستھری رکھی جائیں۔ اور صبح اُٹھکر بورک ایسڈ کے ہلکے لوشن سے دھوئی جائیں اور سُرمہ سیاہ کا استعمال آنکھوں کی خوبصورتی کیلئے اور بینائی کیلئے نہایت مفید ہے۔

## ۲۔ بال

حسن افزائی میں بالوں کو بہت کچھ دخل ہے۔ اس لئے بالوں پر خاص توجہ دینی چاہیئے۔ اچھے بالوں سے حسن دوبالا ہو جاتا ہے۔ بالوں کی صفائی اچھیطرح دھو کر کرنی چاہیئے۔ اگر بالوں کی جڑیں کمزور ہیں یا گرتے ہیں تو مقوی دماغ ادویہ اندرونی طور پر استعمال کریں اور خارجی طور پر روغن زیتون یا روغن بادام نیم گرم استعمال کریں۔

## ۳۔ دانت

دانتوں کی صفائی نہ صرف زینتِ چہرہ کیلئے لازمی ہے۔ بلکہ اس سے بہت

سی امراض کا دفعیہ بھی مقصود ہے۔ دانت اور مسوڑھوں کی بیماریاں عموماً ان کے نہ صفا کرنے کا نتیجہ ہوتی ہیں۔ بلکہ بعض اوقات مسوڑھوں میں پیپ پڑجاتی ہے جس سے دِق سِل پیدا ہوجاتے ہیں۔ خیال فرمائیے کہ منہ جسم کا وہ دروازہ ہے جس سے غذا اندر جاتی ہے۔ اگر دروازہ ہی گندہ ہو تو بقایا جسم کا کیا کہنا۔ دانتوں کو ہمیشہ نیم یا کیکر یا پھلاہ یا پیلو کی مسواک سے صاف کرنا چاہیئے۔ اور مستورات کیلئے درخت اخروٹ کا چھلکا بہت مفید ہے۔ جسکو سک یا دنداسہ بھی کہتے ہیں۔ سک سے دانتوں کی صفائی کیساتھ ہونٹوں پر سُرخی بھی آجاتی ہے۔ جس سے چہرہ کی خوبصورتی میں مفید اضافہ ہوتا ہے۔ صبح اُٹھکر دانت صاف کریں۔ اور اس کیلئے مسواک جسکے ریشے نہایت نرم ہوں استعمال کرنا چاہیئے۔ اور زبان کو بھی صاف کرنا چاہیئے۔ کیونکہ زبان پر صبح دانتوں سے زیادہ میل ہوتی ہے۔

## ۴ - ہاتھ

ہاتھ ہر وقت سامنے آنے والا عضو ہے۔ اس لئے ہاتھوں کی صفائی اور ناخنوں کا تراشنا ضروری ہے۔ ناخنوں کو مہندی کا رنگ دیکر سُرخ بھی کیا جاسکتا ہے جو نیل پالش سے ہزار درجے اچھا خوبصورت رنگ ہوتا ہے اور بالکل سستا ہے۔

## کپڑے، پوڈر۔ سُرخی

یہ اجزائے ثلاثہ بیشک خوبصورتی میں معتد بہ اضافہ کے موجب ہیں۔ لیکن حقیقی حُسن اچھی صحت میں پوشیدہ ہے اور مستورات کو خصوصاً اپنی صحت پر توجہ مرکوز کرنی چاہیئے بناوٹی حسن حقیقی کا مقابلہ نہیں کرسکتا۔ ایک عربی شاعر نے یوں فیصلہ دیا ہے۔

حسن الحضارۃ مجلوب بتطریۃ — وحسن البداوۃ غیر مجلوب

ترجمہ:۔ شہری حسن بناؤ سنگار کا مرہون منت ہے۔ لیکن دیہاتی دوشیزاؤں کا حسن نیچرل ہے۔ جسکا مقابلہ بناوٹ نہیں کرسکتی۔

# آئینہ جمال

(از جناب حافظ حکیم محمد شفیع صاحب زبدۃ الحکماء)

وجودِ زن سے ہے تصویر کائنات میں رنگ
اسی کے ساز سے ہے زندگی میں سوزِ دروں
(اقبالؒ)

حسن وجمال کے خواہشمندوں کو جان لینا چاہیئے۔ کہ حسن دراصل کامل تندرستی سے ہی حاصل ہوتا ہے۔ کوئی شخص حفظانِ صحت کے اصولوں کی پابندی کئے بغیر حسین وجمیل نہیں بن سکتا۔ اگر خواتین کے دل میں یہ خیال جاگزیں ہے۔ کہ محض فیس پوڈروں، ابٹنوں اور کریموں وغیرہ ہی سے ان کے چہرے کی دلکشی بڑھ سکتی ہے تو ان کا یہ خیال پورے طور پر صحیح نہیں ہے۔ ان چیزوں کا فائدہ کسی حد تک مسلّم ہے۔ لیکن جبتک کامل تندرستی نہ ہو تب تک چہرہ کا حسین اور دلکش ہونا مشکل ہے۔ آج نہیں قدیم سے یہ امنگ عورتوں میں چلی آتی ہے۔ کہ کسطرح ہم حسن و جمال کا مرقع بن سکیں۔ اطبائے کرام بھی اس پہلو پر غور کرنے کے بعد اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ تنہا چہرے کے خوبصورت ہونے سے عورت کا حسن مکمل نہیں ہوتا۔ اگر چہرہ خوشنما ہو مگر بدن میں چستی اور اعضاء میں طاقت نہ ہو تو یہ ادھورا حسن متصور ہوگا۔

طبی نقطۂ نگاہ سے حسن وجمال مکمل تندرستی کا دوسرا نام ہے۔ سنئے فاضل اجل حکیم محمد اشرائی مرحوم موجز القانون کی شرح کرتے ہوئے کیا ہی اچھا فرماتے ہیں۔

فان جمال الاعضاء یدل علی الصحت و قبحہا یدل علے عدم القحمۃ والجمال ان یکون الاعضاء فی تناسبہا وہئیاتہا وجمیع اوصافہا علے الوجہ الاکمل ویسمیہ بقراط بالہئیتہ الفاضلۃ وھو الجمال الطبعی - اقسرائی جلد اول ص۲۷ بیان علامات امراض ترکیب - ترجمہ :- تحقیق جمال اعضاء صحت کی دلیل ہے - اور اعضاء کا قبح (بھدا پن) مرض کی دلیل ہے - جمال کی تعریف یہ ہے - کہ اعضاء اپنے تناسب، شکل اور تمام کاموں میں بہت کامل ہوں - بقراط اسی حالت کا نام ہئیتہ فاضلہ رکھتا ہے - اور جمال طبعی (فطری حسن) یہی ہے - واضح رہے - کہ شخصی حُسن اعضاء کے تناسب اور اخلاق کی پاکیزگی سے مل کر مکمل ہوتا ہے - روحانی حکماء کے نزدیک حسن صرف اخلاق کی بلندی ہے - محترم خواتین کو حسن و جمال برقرار رکھنے کیلئے چاہیئے کہ ان سطور کو غور سے پڑھیں -

## ورزش

ورزش اور گھریلو کام سرانجام دینے سے عورتوں کا حسن کافی ترقی کرتا ہے - ورزش سے اعضاء بہت خوبصورت اور دلکش بن جاتے ہیں یعنی ریاضت سے بدن کا ڈھیلا پن دُور ہو کر چستی آجاتی ہے - بدن کے پٹھوں کو ورزش سے تقویت حاصل ہوتی ہے - گردے اپنا کام بخوبی انجام دینے لگتے ہیں - پیشاب کھل کر آتا ہے - ہاضمہ قوی ہو جاتا ہے - غذا جزوِ بدن بنتی ہے - لہٰذا ورزش سے خوبصورتی پر بہت اچھا اثر پڑتا ہے -

## غُسل

غسل اور صحت میں بھی گہرا تعلق ہے - اگر غسل نہ کیا جائے تو جلد میں پسینہ وغیرہ رطوبتیں جمکر جلد کو خشک اور بے رونق بنا دیتی ہیں - حُسن و صحت

بحال رکھنے میں نہانے کو بڑا دخل ہے۔ اکثر مذاہب میں نہانا لازمی قرار دیا گیا ہے۔ مذہب اسلام نے غسل کو بعض حالتوں میں فرض اور بعض حالتوں میں کارِ ثواب کہا ہے۔

## غسل آفتابی

مغربی حکماء نے خوبصورتی بڑھانے کیلئے غسل آفتابی کو غسلِ آبی سے زیادہ مفید قرار دیا ہے۔ چونکہ تازہ ہوا کی طرح سورج کی روشنی بھی صحت کے لئے لابدی ہے۔ بنا براں غسلِ آفتابی حسن بڑھانے کا ایک اعلےٰ ذریعہ ہے۔ غسلِ آفتابی کا طریقہ یہ ہے کہ صبح کے سات یا آٹھ بجے یا دوپہر کے بعد چار یا پانچ بجے دھوپ میں بیٹھیں۔ ابتدا میں صرف پندرہ بیس منٹ دھوپ میں بیٹھنا کافی ہے۔ پھر تدریجاً ایک دو منٹ روزانہ بڑھاتے رہیں۔ حتیٰ کہ نصف گھنٹہ تک پہنچا دیں۔ اس اثنا میں صرف سر اور گردن کو دھوپ سے محفوظ رکھیں۔ ہمارے ملک میں موسمِ گرما کو غسلِ آفتابی اسوقت کریں جبکہ سورج کی شعاعیں ہلکی ہوں۔

## لباس

خوبصورت بننے کی غرض سے عورتوں کو مہین اور ہلکا کپڑا زیادہ مفید ہے مہین کپڑے سے تازہ ہوا اور سورج کی شعاعیں بدن پر پہنچتی ہیں۔ مہین کپڑے پہننے سے اعضاء میں طاقت آجاتی ہے۔ جسم کو سردی گرمی برداشت کرنے کی قوت پیدا ہوتی ہے۔ اتنی باتوں کے بعد حسن و جمال کو خراب کرنے والی امراض اور ان کا علاج تحریر کیا جاتا ہے۔

### فسادِ لون (رنگت کی خرابی)

فسادِ رنگ سے مراد یہ ہے کہ بدن کا رنگ اپنی اصلی حالت پر نہ رہے۔

عام طور پر انسانوں کے بدن کا رنگ معتدل ممالک میں سفیدی مائل بہ سرخی ہے۔
اس مرض کے حسب ذیل اسباب ہیں۔
۱ - کبھی بدن میں فضلات غالب ہو کر خون میں ملجاتے ہیں تو رنگ بدن خراب ہو جاتا ہے مثلاً یرقان زرد۔ یرقان سیاہ میں۔
علاج۔ خلط کے مطابق تنقیہ کریں بعدہٗ کوئی ابٹنہ اور فیس پوڈر استعمال کریں۔
۲ - گاہے فساد رنگ کا سبب ضعف معدہ۔ ضعف طحال ضعف جگر ہوتا ہے
علاج:۔ ان اعضاء کی تقویت کریں اور بیرونی طور پر کوئی پوڈر استعمال کریں۔
۳ - کبھی سرد یا گرم ہوا میں چلنے یا دھوپ میں پھرنے سے بدن کی رنگت خراب ہو جاتی ہے۔
علاج :۔ روزانہ گرم پانی سے نہائیں۔ نہانے کے بعد یہ پوڈر لگائیں۔
ص - سفیدہ کاشغری۔ مسور کا آٹا ہموزن لیکر یک جان کریں۔ اور بطور ابٹنہ لگائیں۔ جلد نہایت صاف نمودار ہو گی۔
۴ - کبھی فساد رنگ کا باعث مزمن امراض رنج و غم۔ کثرت وظیفۂ ازدواجی بھی بن جاتے ہیں۔
علاج :۔ اس صورت میں ازالۂ اسباب کریں۔ دوائے کشتہ فولاد چار چار رتی صبح و شام ہمراہ مسکہ گاؤ کھائیں۔ طبعی خون پیدا کرنیوالی چیزیں مثلاً ماء اللحم گوشت۔ بیضہ نیم برشت۔ چنے۔ انجیر وغیرہ کھائیں۔
**نوٹ** :۔ ان چیزوں کے زیادہ استعمال سے بدن کی رنگت زرد ہو جاتی ہے۔ دیسی اجوائن۔ زیرہ۔ سرکہ۔ گدلا پانی پینا۔ مٹی کھانا

## بہق (چھیپ)، **کاف** (جھائیں)، کیل

یہ امراض فساد خون۔ شراب کباب کے استعمال۔ میلے کچیلے رہنے سے دامنگیر

ہوتے ہیں۔

**علاج:۔** اصل سبب کو دفع کریں۔ مصفی خون ادویہ مثلاً عشبہ شاہترہ وغیرہ استعمال کریں اور یہ طلا لگائیں۔ نخود بریاں ۶ ماشہ۔ مردار سنگ ۳ ماشہ سفیدہ کاشغری ۳ ماشہ بکری کے دودھ میں ملا کر لگائیں۔

# سنگار کے نسخہ جات

## ۱۔ فیس پوڈر

سنگجراحت عمدہ پسا ہوا (ٹیلکم پوڈر) ۸ حصہ زنک اکسائڈ ۲ حصہ کے اولین (ڈگل قیمولیا) ۶ حصہ باریک پیس کر مہین کپڑے سے چھان لیں فیس پوڈر تیار ہے۔

## ۲۔ فیس پوڈر

| | |
|---|---|
| زنک آکسائیڈ | ایک اونس |
| اراروٹ | ۸ اونس |
| ایسنس آف روز | ۵ قطرے |

پہلی دو چیزوں کو باریک کپڑے سے چھان کر ایسنس ملا دیں۔ تیار ہے۔

## ۳۔ کولڈ کریم (Cold Cream) اس چیز کا موجد جالینوس ہے

| بادام روغن | موم مصفے | عرق گلاب | سہاگہ سفوف (بوریکس) | آٹو آف روز |
|---|---|---|---|---|
| ۶۰ حصہ | ۲۰ حصہ | ۲۰ حصہ | ۱ حصہ | ½ حصہ |

بادام روغن اور موم کو واٹر باتھ پہ پگھلا لیں اور سہاگہ و عرق گلاب کا محلول آہستہ آہستہ شامل کرتے جائیں۔ تاکہ ملائم اور سفید کریم تیار ہو جائے۔

## ۴۔ ناخن پالش (Nail Polish)

| ٹارٹرک ایسڈ | ٹنکچر ترنج | گلیسرین | پانی معطر | سب کو ملا کر محفوظ رکھیں |
|---|---|---|---|---|
| ۱ ڈرام | ۱ ڈرام | ۱ ڈرام | ۵ ڈرام | |

اس کے لگانے سے ناخن خوبصورت ہو جاتے ہیں۔

## ۵۔ بدن کو ملائم سفید اور خوشنما بنانے کا دیسی نسخہ

ہمارے ضلع میں اس مرکب سے نئی ہونیوالی دلہنوں کو خوبصورت بنایا جاتا ہے۔ بہت اعلیٰ چیز ہے۔ ضرور بنائیں۔

جو سفید ۔ ہلدی ۔ کچور ۔ کیسو پھل پہلے جو کو کچا بھنا کر لیں۔ زاں بعد

اسیر اچھٹانک اچھٹانک اچھٹانک

تمام اشیاء جو سمیت چکی میں باریک پسوا لیں۔ ترکیب استعمال ضرورت کیوقت تھوڑے سے پانی میں گوندھیں اور قدرے گھی ملائیں اور بدن پر خوب ملیں۔

## دیگر نسخہ جات

### ۱۔ سنو کریم

سٹرک ایسڈ[۱] ۔ پانی[۲] ۔ امونیا[۳]

۲ اونس ۱۲ اونس ۸۰ بوند

ترکیب:۔ سٹرک ایسڈ کو گرم کر لو۔ پھر نمبر۲ میں نمبر۳ ملاؤ۔ اور تینوں کو خوب حل کر کے استعمال کرو۔

### ۲۔ ہونٹوں کی سُرخی

جلوتری[۱]۔ مصطگی رومی[۲] ۔ الائچی کلاں[۳] ۔ دارچینی[۴] ۔ آردمال ماکہ رنگ سرخ[۵]

۶ ماشہ ۳ ماشہ ۳ ماشہ ۱ تولہ ۳ ماشہ

ست پودینہ[۶] ۔ مجیٹھ[۷]

۱ رتی ۶ ماشہ

ترکیب:۔ نمبر۵ اور ۶ کے سوا سب کو باریک کوٹ چھان لیں۔ بعد میں نمبر ۵ اور ۶ ملالیں۔

## ۳۔ صابن لکس

سہاگہ ۱ ڈرام۔ ناریل کا تیل ۱ سیر ۱ چھٹانک۔ کاسٹک ۱ ۳/۴ ۳ چھٹانک

ترکیب:۔ پانی + کاسٹک سوڈا + سہاگہ اور تیل۔

## ۴۔ سن لائٹ صابن

کاسٹک سوڈا ۱ ۳۰ سیر۔ پانی ۲ ۹ ۱/۲ سیر۔ ناریل ۳ ۱ ۱/۴ ۱ سیر۔ تیل مہوا ۴ ۳ سیر ۲ چھٹانک۔ تیل ارنڈ ۵ ۱ سیر ۹ چھٹانک۔ سفید بیروزہ ۶ ۳/۴ سیر۔ لیوائن رنگ ۷ ارتی۔

ترکیب:۔ نمبر ۱ دو کو ملا کر رکھو۔ نمبر ۳-۴-۵ کو گرم کرو۔ جب اچھیطرح گرم ہو جائے تو اس میں نمبر ۶ ملا لو۔ اور خوب ہلاؤ۔ جب پھٹکیاں پڑنی شروع ہو جائیں۔ تو اس میں نمبر ۷ ملا لو۔ جب رنگ تیل میں اچھیطرح مل جائے۔ تو اس میں نمبر ۱ اور ۲ کا حل ملا کر خوب ہلاؤ

## ۵۔ کپاس لائٹ صابن

تیل ناریل ۱۸ سیر۔ کاسٹک سوڈا ۱۰ سیر۔ ۳۸ ڈگری والا پانی ۴ سیر

ترکیب:۔ ۱۰ سیر کاسٹک میں ۴ سیر پانی ڈالکر ۱۸ سیر تیل ملا کر خوب ہلاتے رہو۔ جب کچھ گاڑھا ہونے لگے تو اس کو ایک چورس برتن میں ڈالکر اوپر سے گرم کپڑے سے ڈھک دو۔

## ۶۔ بندی

گوند کتیکر ۱ ۴ اونس۔ پانی ۲ ۳ اونس۔ آرورماں مارکہ ۳ سرخ رنگ ۱ ۱/۲ ماشہ۔ سینٹ ۴ روز ۳ ماشہ

ترکیب:۔ نمبر ۱ میں نمبر ۲ ملا کر رکھ دو۔ جب حل ہو جائے تو اس میں تین آرورماں ملا کر سینٹ روز ڈال لو اور شیشی میں بھر دو۔

# صحت اور حسن

## قایم رکھنے کے لئے

# مالش اور دوسرے لوازمات

(از جناب حکیم سید الشبیر احمد صاحب ضیا زیدی۔ مدیر معاون)

جسم کی مالش سے طاقت اور توانائی بڑھتی ہے۔ یہ ایک ایسا راز ہے۔ جو ہمارے ملک کے اکثر لوگ جانتے ہیں۔ کشتی لڑنیوالے پہلوان گھنٹوں اپنے بدن پر مالش کراتے ہیں۔ بچوں کے کمزور سینے مالش سے طاقتور ہو جاتے ہیں۔ خشکی دور ہو جاتی ہے۔ جسم مضبوط اور خوبصورت نکل آتا ہے۔ سر میں تیل کی مالش سے بال بڑھتے ہیں۔ دماغ کو طاقت حاصل ہوتی ہے۔ ہاتھ پاؤں کے تلووں پر مالش کرنے سے بینائی تیز ہوتی ہے۔ مالش اور غسل کرنے کے درمیان کم از کم ایک گھنٹے کا وقفہ ضرور ہونا چاہیئے۔

ایک ڈاکٹر کا قول ہے۔ کہ دنیا میں بدصورت شخص کو زندہ رہنے کا کوئی حق نہیں۔ مالش کے ذریعے لوگوں کے جسمانی نقص دور کئے جا سکتے ہیں۔ خوبصورتی بڑھتی ہے۔ سوزش۔ چوٹ۔ موچ وغیرہ کا علاج مالش سے کیا جاتا ہے۔ کمزور اور بے حس اعضاء پر مالش کرنے سے چستی اور حس پیدا ہو جاتی ہے۔ جہاں ہر شخص چاہتا ہے۔ کہ وہ تنومند اور حسین ہو۔ وہاں عورتوں میں یہ جذبہ بکمال پایا جاتا ہے۔

عورت خواہ کتنی بوڑھی کیوں نہ ہو جائے۔ بدشکل کہلانا پسند نہیں کرتی۔ ہم یہاں چند ایک قاعدے بیان کرنا چاہتے ہیں۔ جن سے حسن وصحت بحال رکھا جا سکے۔

یونان اور روما کی تاریخ سے معلوم ہوتا ہے۔ کہ وہاں کی عورتیں اپنے حسن و جمال کو مالش سے چمکایا کرتی تھیں۔ شادی پر لڑکی والوں کیطرف جو لونڈیاں بھیجی جاتی تھیں۔ وہ مالش کرنے میں پوری ماہر ہوتی تھیں۔

یونانی عورتوں کا خیال تھا۔ کہ کان۔ ران اور کمر کی مالش سے خوبصورتی اور جوانی کو ہمیشہ قائم رکھا جا سکتا ہے۔ چنانچہ یونانی عورتیں آج بھی مالش سے اپنے آپ کو خوبصورت اور تندرست رکھتی ہیں۔ قدیم زمانے میں روم کے امیر گھرانوں میں مالش کرنیوالی لونڈیاں ملازم ہوا کرتی تھیں۔ جو ہر روز عورتوں کو مالش کر کے نہلایا کرتی تھیں۔ چنانچہ اس پرانے دستور کے مطابق آج بھی ٹرکی۔ یونان۔ ایران۔ عرب اور روم وغیرہ ممالک میں مالش کیلئے حمام موجود ہیں۔ جہاں بدن کے ہر حصے کی مالش سائنٹیفک طریقوں سے کی جاتی ہے۔

عہد مغلیہ میں سنگترے کا چھلکا۔ آٹا۔ بیسن۔ صندل اور دودھ کی ملائی کو آپس میں ملا کر حل کر کے چہرے پر مالش کیجاتی تھی۔ دولتمند عورتیں پستہ۔ بادام۔ زعفران۔ تخم۔ کسنبہ کے پھول دودھ میں گھسکر چہرے پر مالش کرتیں۔ مصر کی عورتیں دودھ سے مالش کرتی تھیں۔ مصر کی مشہور حسینہ ملکہ قلوپطرہ کا دودھ سے غسل کرنا مشہور ہے۔ اس کی کنیزیں دودھ میں خوشبودار تیل ملا کر اس کے جسم کی مالش کرتی تھیں۔ جس سے اس کا جسم بارونق اور شاداب رہتا تھا۔ مصری خواتین اب بھی غسل سے پہلے روغن زیتون سے جسم پر مالش کرتی ہیں۔ بادشاہ روم کی محبوبہ دودھ سے غسل کیا کرتی تھی۔

اپنے ہاتھ اور چہرے کو روغن بنفشہ کی مالش سے نرم رکھتی تھی۔ میری آف اسکاٹ لینڈ کی پوتی روغن بادام میں خوشبو ملا کر جسم پر مالش کر دیا کرتی تھی۔

مشہور رقاصہ سارا برناڈ نے پھٹکری روغن بادام اور عرق گلاب کی مالش سے اپنا حسن وجمال برقرار رکھا۔

قدیم زمانہ میں افریقہ کے جنگلی حبشیوں میں دستور تھا۔ کہ شادی سے ایک ماہ پہلے دلہن کی روزانہ مالش کی جاتی تھی۔ ان کا خیال تھا۔ کہ اس طرح مالش کرنے سے جسم میں خوبصورتی جوانی اور توانائی عود کر آتی ہے۔ مالش سے خون کی رگوں میں رگڑ اور گرمی پیدا ہو کر دوران خون تیز ہو جاتا ہے۔ نیز خون کے زہریلے مادے دور ہو جاتے ہیں۔ جو مساموں کے ذریعے پسینے کی شکل میں بہ جاتے ہیں۔ سانس سے جسم میں تر و تازگی طاقت اور گرمی پیدا ہوتی ہے۔ جسم تندرست اور خوبصورت نکل آتا ہے۔

## بٹنا

اس کے ملنے سے بدن کی میل دور ہو جاتی ہے۔ مسام کھل جاتے ہیں۔ رنگ نکھر آتا ہے۔ خوبصورتی بڑھ جاتی ہے۔ عام طور پر گندم۔ جو یا بیسن سے کام لیا جاتا ہے۔ اس میں تھوڑا سا تیل اور خوشبو ملا کر بدن پر ملنا چاہیئے۔

آج کل صابن کا عام فیشن ہو گیا ہے۔ شائد عام لوگوں کو معلوم نہیں۔ کہ اس میں سوڈا کا شک ہونیکی وجہ سے جلد خشک اور رنگ پھیکا ہو جاتا ہے۔ سر کی جلد اور بالوں کیلئے سخت نقصان دیتا ہے۔ لیکن فیشن کیوجہ سے لوگ نقصان کی پرواہ نہیں کرتے۔

## نہانا

صحت کا دارومدار جسم کی صفائی پر منحصر ہے۔ جسم کو روزانہ صاف نہ کرنیسے

بیمار ہو جانے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اس لئے نہانا ہر روز ضروری ہے۔ نہانے سے سُستی تھکاوٹ۔ پسینہ۔ خارش۔ جلن اور پیاس دور ہو جاتی ہے۔ حافظہ بڑھ جاتا ہے۔ طاقت اور چُستی پیدا ہوتی ہے۔ نہانے والا آدمی کم بیمار ہوتا ہے۔ گرمیوں میں دو تین بار اور سردیوں میں ایک بار روزانہ غسل کرنا چاہیئے۔

## سر کو تیل لگانا

بالوں کو تیل لگانے سے بال جلدی سفید نہیں ہوتے۔ سِکری اور خشکی دُور ہو جاتی ہے۔ نظر بڑھ جاتی ہے۔ پاؤں کے تلووں پر تیل کی مالش سے آنکھوں میں طراوت اور دماغ میں طاقت آتی ہے۔ جب سارے بدن پر مالش کریں۔ تو پاؤں کو نہ بھول جائیں۔ سر پر لگانے لئے چنبیلی۔ آملہ۔ ترپھلہ۔ برہمی وغیرہ کا تیل بہت مفید ہے۔ تمام بازاری تیل سر کے لئے نقصان دہ ہیں۔

## کنگھی کرنا

کنگھی کرنے سے سر کی میل سکری اور گرد وغبار دُور ہو جاتا ہے۔ بالوں کی جڑیں مضبوط ہوتی ہیں۔ بال گرنے بند ہو جاتے ہیں۔ کنگھی سر، دماغ اور آنکھوں کو طاقت دیتی ہے۔ بال خوبصورت اور خوشنما ہو جاتے ہیں۔

## سُرمہ

اطبا کا قول ہے۔ کہ آنکھوں میں سُرمہ لگانے سے جلن اور خارش دُور ہو جاتی ہے۔ دھند، جالا، پڑوال۔ ککروں آنکھیں بچی رہتی ہیں۔ نظر تیز ہوتی ہے۔

## مسواک

مسواک دانتوں، زبان اور گلے کی صفائی کیلئے نہایت مفید ہے۔ اس کے استعمال سے دانت بوسیدہ اور خراب نہیں ہوتے۔

منہ کی بدبو جاتی رہتی ہے ۔ نظر تیز ہوتی ہے ۔ قوت ہاضمہ بڑھ جاتی ہے ۔ بھوک خوب لگتی ہے ۔ خوراک ہضم ہو جاتی ہے ۔ جی خوش رہتا ہے ۔ مسواک کیلئے کیکر ۔ نیم ۔ پھلاہ ۔ سکھ چین ۔ ون ۔ شیشم کی تازہ شاخیں ہوں ۔ تو زیادہ مفید ہے ۔ ان کی کڑواہٹ اور رس جراثیم کش ہیں ۔ نیز یہ لعاب پیدا کرنیوالے غدود میں تحریک پیدا کر کے ان کے فعل کو بڑھاتی ہے ۔ ماسخوڑہ ورم لثہ ۔ دانتوں کا ہلنا ۔ درد کرنا ۔ خون آنا وغیرہ سب کیلئے مفید ہے ۔ عورتوں کو ان کی بجائے سک سب سے زیادہ مفید ہے ۔ اس سے ہونٹوں پر سرخی بھی آجاتی ہے ۔ اور دانت بھی صاف ہو جاتے ہیں ۔

دانتوں کیلئے برش کا استعمال نہایت نقصان دہ ہے ۔ اکثر دیکھا گیا ہے کہ پائیوریا کے مریض اکثر برش استعمال کرنے والے ہوتے ہیں ۔ اگر منجن استعمال کرنے کی ضرورت ہو تو نیم کا کوئلہ ۵ تولہ ۔ پھٹکڑی شگفتہ ۵ ماشہ ۔ یا نیم کا کوئلہ اور شیشہ نمک ملا کر باریک پیس کر استعمال کیا جائے ۔

# خوبصورتی

## یعنی حسن و جمال کی حفاظت کے فیشنی اور قدرتی طریقے

(از جناب ایم سلیمان حسین ایم ایس سی ۔ مدیر اعزازی)

### ۱:- فیشن اور حسن و شباب:- (مصنوعی طریقے)

غلط روی سے منازل کا بعد بڑھتا ہے
مسافرو! روشِ کارواں بدل ڈالو (احسان دانش)

اس میں شک نہیں کہ درازیِ عمر کا مسئلہ ابتدائے آفرینش سے ہی انسان کیلئے دلکشی اور دلچسپی کا موضوع بنا رہا ہے۔ حالانکہ اسوقت انسان کی اوسط عمر ایک ہزار سال کے لگ بھگ ہوا کرتی تھی۔ ہمیشہ سے اس دارِ فانی میں بسنے والے افراد خواہ بچے ہوں یا بوڑھے۔ شیر خوار ہوں یا جوان موت کے منہ میں جانا پسند نہیں کرتے۔ عورت، مرد یکساں اس سنسار کی رنگینیوں اور کرشموں سے متاثر ہوتے ہیں۔ انسانی طبیعت بیخود ہو کر ان کیطرف کھچی چلی جاتی ہے۔ حالانکہ ہر شخص بخوبی جانتا ہے۔ کہ دنیا کی تمام لذتیں اور رنگینیاں

ناپائیدار ہیں۔ زندگی زیادہ تر تکلیفوں اور دردوں سے بھرپور ہے۔ پھر بھی زندگی ہر شخص کو پسند ہے۔ کوئی شخص مرنا پسند نہیں کرتا۔ انسان ہمیشہ سے "آبحیات" کا متلاشی رہا ہے۔ جہاں تک بن پڑے وہ موت کے تصور کو دل میں کھٹکنے نہیں دیتا۔ ذوق نے خوب فرمایا ہے ؎

تصوّر یوں کبھی غفلت میں آجاتا ہے مرنے کا
کہ جیسے عالمِ رویا میں چشم کور بینا ہو

اسیطرح حضرت ناسخ بھی فرماتے ہیں:۔ ؎

ہر چند ہوں پیر اور سر پہ ہے اجل | تسر نہیں پیٹ کے سوا فکرِ عمل
ہے رشتۂ عمر مختصر سا لیکن | شیطان کی آنت ہے مرا طولِ امل

یہاں یہ بات قابلِ ذکر ہے کہ زندگی کے تمام مدارج میں سے جوانی کو خاص طور پر پسندیدگی کی نظروں سے دیکھا جاتا ہے۔ کیونکہ اسوقت انسانی حسن و جمال جوبن پر ہوتا ہے۔ اس لئے اسے منازلِ حیات کی تمام منزلوں پر فوقیت حاصل ہے۔ ہر فردِ بشر اس عہد کا دلدادہ نظر آتا ہے۔ ہر کس و ناکس کی یہی تمنا ہوتی ہے۔ کہ اس کی جوانی کی گھڑیاں اسکا ساتھ دیتی چلی جائیں۔ اُن پر شامِ زندگی کے پرچھائیں کبھی بھول کر بھی ڈھلنے نہ پائے۔ نیز اسی عہد میں فرحت اور شگفتگی کا دور دورہ ہوتا ہے۔ اور چمنستانِ حیات پُر بہار پھولوں (آرزوؤں) سے لدا ہوتا ہے۔ جن کی نکہت انسان کو مست بنا دیتی ہے۔ اور انسان کچھ عرصہ کیلئے دنیا و مافیہا سے غافل ہو جاتا ہے۔ صرف زمانے کی رو کیساتھ بہتا چلا جاتا ہے۔ لیکن جب جلد ہی وہ عالمِ خواب سے بیدار ہوتا ہے۔ تو سوائے حسرت اور مایوسی کے اُسے کچھ نظر نہیں آتا۔ اُس کے سہانے سپنے ڈراؤنی اور خوفناک تعبیر کی صورت اختیار کئے ہوتے ہیں۔ بہار کی

بجائے خزاں چھا رہی ہوتی ہے۔ چنانچہ موئے سفید اس تبدیلی کا پیش خیمہ ہوتے ہیں۔ انہیں دیکھکر دل دہل جاتا ہے۔ یاس اور افسردگی دل و دماغ پر اپنا تسلط جمانے لگ جاتی ہے۔ سیاہ گھٹائیں جھومنے لگتی ہیں۔ آرزوؤں کا زمانہ ختم ہوتا نظر آتا ہے۔ غم و افسوس انسانی مشین کو گھن کیطرح کھانے لگتا ہے۔ نتیجۃً انسان انواع و اقسام کی مہلک بیماریوں اور تکالیف میں مبتلا ہونے لگتا ہے اور موت کے قریب تر ہوتا چلا جاتا ہے۔

گزرے ہوئے زمانے کی یاد کو تازہ کرنے کیلئے انسان مختلف طریقوں سے اطمینانِ خاطر حاصل کرنے کی جد وجہد کرتا ہے۔ اگرچہ وہ شباب کی حقیقی مسرتوں سے بہرہ اندوز نہیں ہوسکتا۔ بلکہ ان کی خاک کو بھی نہیں پا سکتا ہے۔ پھر بھی وہ بہت سے مصنوعی طریقے اپنے استعمال میں لاکر اپنا دل بہلانے کی کوشش کرتا ہے۔ مثلاً کوئی موچنے سے سفید بال چنوانے لگتا ہے۔ تو کوئی جہدی۔ وسمہ یا خضاب کا استعمال شروع کر دیتا ہے۔ کوئی اعادۂ شباب کیطرف رجوع کرتا ہے۔ اور مختلف بازاری ادویات کے استعمال کے بل بوتے پر اپنی بچھڑی ہوئی جوانی اور طاقت کو حاصل کرنے کے در پے نظر آتا ہے۔ اسیطرح عورتیں بھی سولہ سنگھاروں سے آراستہ ہوکر اپنی بسری ہوئی جوانی کا لطف اٹھانے کی کوشش کرتی ہیں۔ چنانچہ ان کی دنیا میں مسی، سرمہ، سرخی، پوڈر، غازے، لپ سٹک، نیلی پالش، دلکش چشمے، مصنوعی دانت، ناک اور انواع و اقسام کی کریمیں۔ مخصوص ادویات دلکش برقعے، دلفریب غرارے اور بھڑکیلے لباس، مقبولِ عام ہتھیار تصوّر کئے جاتے ہیں۔ بلکہ یہ اشیاء اب تو ان کے روزمرہ کے فیشن میں داخل ہوچکی ہیں۔ اسلئے وہ اپنی ننھی منی بچیوں کو بھی ان کی چاٹ لگا دیتی ہے۔ مگر ان مصنوعات

سے کیا بنتا ہے۔ بڑھاپا ناخواندہ مہمان کیطرح برابر قدم جمائے جاتا ہے۔
اس سے چھٹکارا حاصل کرنا مشکل نظر آتا ہے۔ بلکہ صحیح تو یہ ہے۔ کہ اس
قسم کی مصنوعی اشیاء کا بڑھتا ہوا استعمال بذاتِ خود مہلک اند حوصلہ شکن
نتائج پیدا کرتا ہے۔ اس زمرے میں محترمہ قیصر جہان صاحبہ کے مندرجہ ذیل الفاظ
بطورِ شہادت پیش کئے جاسکتے ہیں۔ آپ فرماتی ہیں کہ :-

"غضب ہے کہ شباب کی وادی میں قدم رکھنے والی معصوم بیٹیوں اور
بہنوں کو ہم آئے دن بیماریوں میں مبتلا دیکھتے ہیں۔ انہیں سسکتی
اور بلکتی پاتے ہیں۔ مگر انہیں یہ بتانے کی جرأت نہیں کرتے۔ کہ ان
بیماریوں کا باعث فیشن زدگی ہے۔ یہ اونچی اونچی ایڑیوں والے
سینڈل یہ گرگابیاں۔ یہ لپ سٹک۔ پوڈر اور ان کا غیر ضروری
و غیر فطرتی استعمال۔ الکحل سے بنائے ہوئے عطریات ہماری زندگی
اور ہمارے معاشرے کیلئے تباہ کن ہیں۔ اور یہ بھڑکیلے لباس ذہنی
انتشار میں مبتلا کر کے تباہی کے نزدیک لیجاتے ہیں۔ کاش ہم اپنی
بہنوں اور بیٹیوں کو بتا سکتے کہ سادگی انسانیت کی روح اور عظمتوں
کی روح رواں ہے۔"

یہاں اس بات کا ذکر چھیڑنے کی گنجائش نہیں ہے۔ کہ اس فیشن زدگی کے
برے اثرات ہمارے اخلاق۔ اقتصادی زندگی اور بنیادی اصولوں پر کس حد
تک اثر انداز ہوتے رہتے ہیں۔ اور ان کے نتائج آنے والی نسلوں کو کس قہر
ضلالت میں دھکیل رہے ہیں۔ لیکن مختصراً یہاں اس حقیقت کا انکشاف کرنا از
بس ضروری معلوم ہوتا ہے۔ کہ عورتوں کی فیشن پرستی میں مردوں کی ذہنیت
کا بہت حد تک دخل ہے۔ وہی اس تحریک کی سرپرستی کا دم بھرتے ہیں۔

تالی ہمیشہ دونوں ہاتھوں سے بجتی ہے۔ غرض جیساکہ "بے پردگی" کے متعلق حقیقت شناس شاعر، بے بدل حضرت اکبر الہ آبادی کا قول ہے۔

آئیں جو بے حجاب نظر چند بیویاں ۔۔۔ اکبر زمیں میں غیرت قومی سے گڑ گیا
پوچھا جو اُن سے پردہ تمہارا وہ کیا ہوا ۔۔۔ کہنے لگیں کہ عقل پہ مردوں کی پڑ گیا

اسی طرح عورتوں کی "فیشن زدگی" کا بڑھتا ہوا سیلاب مردوں کی کرشمہ سازی کا نتیجہ ہے۔ مردوں کی آوارگی عورتوں کو اُکساتی ہے۔ کہ وہ مصنوعی اور غیر طبعی طریق سے بن ٹھن کر اُن کے سامنے آئیں اور اُن کے دلوں پر بجلیاں گراتی ہوئی چھا جائیں۔ اور کوئی انفرادی حیثیت پیدا کریں۔ پھر بھی ان میں سے اکثر زیادہ شوخ اور فیشن زدہ عورتوں کی طرف للچائی ہوئی نظروں سے دیکھنے لگ جاتے ہیں۔ ....... الغرض:۔

"اس فضا کا ذرّہ ذرّہ معصیت بردوش ہے
آدمی محسوس کرتا ہے خدا خاموش ہے" (شورش کاشمیری)

جو چیزیں مردوں کو اپنی طرف راغب کر سکتی ہیں۔ عورتیں ان کی خوشنودی حاصل کرنے کی خاطر انہیں اپنا لیتی ہیں۔ اور روزمرہ کے معمولات میں داخل کر دیتی ہیں۔ جیساکہ علامہ اقبال مرحوم فرماتے ہیں۔

چہروں پہ جو سُرخی نظر آتی ہے سرِ شام
یا غازہ ہے یا ساغر و مینا کی کرامات

اس فیشن زدگی کی مذمت میں ایک اور بہن جنابہ میمونہ کاردار جو کچھ فرماتی ہیں۔ وہ بھی قابلِ ذکر ہے۔ ملاحظہ فرمائیے:۔

"...... جب ایسی لڑکیاں بازاروں میں نکلتی ہیں۔ تو ہر مرد کی نگاہیں ان کے تعاقب میں اٹھتی ہیں۔ ہر آواز ان پر طنز کا ہتھوڑا بن کر گرتی ہے۔

لیکن ان عورتوں میں نسوانیت کا چھپا ہُوا حجاب کوئی اثر قبول نہیں کرتا۔ ان کے جھکتے ہوئے اور لہراتے ہوئے برقعوں میں چھپی ہوئی عورت صرف دیکھنے اور لُطف اٹھانے کی چیز رہ جاتی ہے۔ اور وہ عوُرت مر جاتی ہے۔ جو ماں، بہن اور بیٹی ہے۔ مجھے اس سے انکار نہیں کہ ہر عورت اپنے دل میں اس آرزو کو پرورش کرتی ہے۔ کہ دیکھنے والا اس کی خوبصورتی سے متاثر ہو۔ اور ان بیچاروں کے حُسن کو نمایاں کرنے کیلئے سُرخی پوڈر ہی ایسے سستے ہتھیار رہ جاتے ہیں۔ جن سے وہ اپنے سینوں میں سلگتی ہوئی چنگاریوں کی جلن کو تسکین دیتی ہیں۔ مگر اسکا یہ مطلب نہیں کہ وہ چادر کے پھیلاؤ سے زیادہ اپنے پاؤں پھیلا دیں۔ اور اپنے مالی ذرائع کی پروا نہ کرتے ہوئے دوسری عورتوں کی دیکھا دیکھی بھیڑیاں والا راستہ اختیار کریں۔"

"بعض اوقات ان فیشن زدہ لڑکیوں اور عورتوں کو دیکھکر یوں محسوس ہوتا ہے۔ جیسے یہ تصویروں کا کارٹون نہیں بلکہ جیتے جاگتے کارٹون ہیں۔ لبوں پر اتنی سُرخی کہ خون کا رنگ ہلکا نظر آئے۔ گالوں پر بے تحاشا پوڈر ملا ہُوا۔ جیسے سفید رنگ سے لیپ (روغن) کیا گیا ہے۔ اور بالوں کی سیٹنگ کہ وہ سینگ کھڑے دکھائی دیں۔ کپڑوں کی بات چھوڑئیے۔ البتہ جوتوں کا معاملہ ضرور مضحکہ خیز ہوتا ہے۔ اونچی ایڑی کی گرگابی، جب چلے تو آسمان کیطرف بے تحاشا چڑھی ہوئی ایڑی پر جسم کا توازن رکھنا مشکل ہو جاتا ہے۔ اور چلتے چلتے گرے تو دھڑام سے پورے جسم سمیت زمین پر آ رہے۔ پاؤں میں موچ آ جائے، بازو ٹوٹ جائے۔ ناک سے خون بہنے لگے۔ مردوں کیلئے قہقہوں کا سامان بن جائے۔ لیکن یہ عجیب وغریب بے تکا سا فیشن اپنی جگہ اٹل رہتا ہے۔ . . . . "

"...... اور پھر یہ حال صرف چند عورتوں کا نہیں - بلکہ فیشن کی متعدی بیماری اس تیزی سے اپنا اثر پھیلا رہی ہے کہ ملک میں مشینری اور اسلحہ سے زیادہ فیشن کی چیزیں دیگر ممالک سے درآمد کی جا رہی ہیں - حالانکہ آج ملک کی تعمیر میں مشینری وغیرہ کیلئے بچایا ہوا سرمایہ ہماری قوم کیلئے شاندار مستقبل پیدا کر سکتا ہے۔ آج ہمارے گھر کیلئے بجلی کی ضرورت ہے - آج ہمارے ملک کی اکثریت کو اپنے جسم ڈھانپنے کیلئے سستے اور مضبوط کپڑے کی ضرورت ہے - جو اپنے ملک کا بنا ہوا ہو - آج ہمیں اپنی بے شمار ضروریاتِ زندگی کا پورا کرنے کیلئے بھاری مشینوں کی ضرورت ہے - یہ لپ اسٹک اور پوڈر یہ کریمیں اور خوشبودار تیل - یہ ریشمی کپڑے اور قیمتی صابن اتنے ضروری نہیں - کہ ان کے بغیر ہماری زندگی ادھوری رہ جائے گی :-

اور بقول علامہ اقبال مرحوم ؎

اس سرابِ رنگ و بُو کو گلستاں سمجھا ہے تُو
آہ اے ناداں قفس کو آشیاں سمجھا ہے تُو

قصہ کوتاہ اس تمہید کو زیادہ طول دینے کی بجائے ہمیں اب اصل مقصد کیطرف لوٹ آنا چاہیئے - اور ان عملی پہلوؤں پر غور کرنا چاہیئے - جن کی بدولت ہم فیشن کی مذموم مضحکہ انگیز اور اخلاق سوز تحریک کو فی الفور دبا سکیں - اور اُن کا بہترین نعم البدل پائیں - چونکہ لمبی عمر پانے اور عہدِ شباب کی گھڑیوں کو طویل بنانے کی خواہشات بذاتِ خود بُری شئے نہیں ہیں - بلکہ فطرتِ انسانی کے عین مطابق ہیں - بڑھاپا ایک بیماری ہے - اور جوانی کی موت بھی قوانینِ قدرت کی خلاف ورزی کرنے کے باعث واقع ہوتی ہے - اس لئے سدا بہارِ جوانی اور طویل عمر کے حصول کی خاطر ہمیں زیادہ موثر - ٹھوس مستقل اور دیرپا قدرتی

اصولوں پر غور و خوض کرنا چاہیئے۔ اور انہیں اپنی زندگی کا لائحہ عمل
قرار دیتے ہوئے اُن پر پابندی سے عمل پیرا ہونا چاہیئے۔ گو یہ طریقے
ہتھیلی پر سرسوں جمانے کے مترادف نہیں ہو سکتے۔ لیکن یہ مسرت۔ زندگی۔
صحت اور حسن و شباب کا اصل سرچشمہ ہونے کے باعث پائدار اور مؤثر ضرور
ثابت ہوئے ہیں۔ اور لطف یہ ہے۔ کہ ان اصولوں سے عورت و مرد یکساں
بہرہ ور ہو سکتے ہیں۔ قدرتی حسن کیونکہ صحت اور طاقت کے بل بوتے پر حاصل
کیا جاتا ہے۔ اسلئے اس میں بناوٹ۔ بہروپ پن (میک اپ) اور تصنع کا شائبہ
تک نہیں پایا جاتا۔ برخلاف اس کے سُرخیاں اور پوڈر وغیرہ حقیقی مسرت
کا ذریعہ ہرگز ثابت نہیں ہو سکتے ہیں۔ جیسا کہ حضرت زاہد فرماتے ہیں ؎

سامان عیش دنیا کے جس جس کے پاس ہیں
صحت نہیں تو باعث افسوس و یاس ہیں

# عورت

عورت۔ محبت اور رحم کا سرچشمہ ہے۔
عورت۔ اپنے جذبات اور طبیعت پر پوری قدرت رکھتی ہے۔
عورت:۔ قدرت کی بہترین مخلوق۔ عفت و شرافت کا مجسمہ اور شرم و حیا
کے پیکر کا نام ہے۔
عورت:۔ شوہر کی وفادار اور اس کی ہر حالت میں برابر کی شریک
ہوتی ہے
عورت:۔ نیکی۔ دولت اور مروت کے مجموعہ کا نام ہے۔

# حالتِ حمل میں مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کرنا چاہیئے

(از مدیر معاون)

۱۔ عورت زیادہ بوجھ نہ اٹھائے۔ اور نہ ہی اتنا کام کرے۔ جس سے وہ تھک جائے۔

۲۔ حاملہ عورت نہ دوڑ کر چلے۔ اور نہ زمین پر زور سے قدم رکھے۔

۳۔ جہاں تک ہو سکے ایسی چیزوں سے بچے۔ جو محرکِ نزلہ زکام ہوں۔ مثلاً بالوں کو تیل لگانا۔ زیادہ کھانا وغیرہ۔ کیونکہ نزلہ زکام اور کھانسی سے اسقاطِ حمل کا اندیشہ ہو سکتا ہے۔

۴۔ قبض نہ ہونے دیں۔ اسکے لئے کبھی کبھی گلقند یا کسٹرائیل کا استعمال کرتے رہنا چاہیئے۔

۵۔ ہر قسم کے تیز پھلوں سے پرہیز رکھا جائے۔

۶۔ غذا مقوی اور زود ہضم ہو۔ اس ضمن میں موسمی پھلوں کا استعمال اکثر مفید ہوتا ہے۔

۷۔ حاملہ عورت قصداً بھی چھینک سے بچے۔

۸۔ بدن سے خون نہ نکلوایا جائے۔ اور نہ پیٹ پر کسی قسم کی ضرب لگنے دے۔

۹۔ حاملہ کو قے نہ کرائیں۔ جب متلی معلوم ہو۔ اس کا فوراً علاج کریں۔ اس کیواسطے لیموں کا کھانڈ ملاکر چوسنا۔ یا پان الائچی کا استعمال کرنا مفید رہتا ہے۔

۱۰ - حاملہ عورت کو رنج، غم، غصہ اور فکر سے بچانا چاہیئے - اسے ہر لحاظ سے خوش کرنے کی کوشش کیجائے - اور ان چیزوں کو فراہم کیا جائے - جو اس کی طبیعت کو سکون بخشیں -

۱۱ - گانا بجانا سے پرہیز رکھکر محرکات سے بچایا جائے -

۱۲ - اگر حاملہ عورت حمل کی علامات ظاہر ہونے کے بعد عمل مباشرت سے بچی رہے - تو امید کیجا سکتی ہے کہ بچے کو چیچک نہ نکلے -

۱۳ - پیدل سفر کرنا - اور زیادہ ہچکولے لگنے والی سواری میں سفر کرنا مثلاً یکہ - بیل گاڑی وغیرہ نقصان دہ ہے - ڈولی کار وغیرہ میں کچھ مضائقہ نہیں ہے -

۱۴ - حتی الوسع جائز اور ضروری خواہشوں کو پورا کرتے رہیں - ورنہ اس کا اثر جنین پر پڑے گا -

## وضع حمل کیوقت کی ہدایات

۱ - بچہ جنانے والی دائی کے کپڑے بالکل صاف ستھرے ہوں -

۲ - ہاتھوں کو صابن اور گرم پانی سے اچھیطرح دھو لیا جائے -

۳ - ناخن ترشوائے ہوئے ہوں -

۴ - ہاتھوں میں کوئی چھلا انگوٹھی نہ ہو -

۵ - جب ہاتھ لگانا ہو تو انگلیوں میں میٹھا تیل لگا لیا جائے -

۶ - وضع حمل کا درد ہونے سے پہلے نہایت مناسب ہے - اگر انیما (حقنہ) کر لیا جائے -

۷ - حقنہ کے بعد اگر گرم پانی سے غسل کر لیا جائے تو اور بہتر ہے -

۸ - زچہ کو صاف ستھرے کپڑے پہنائے جائیں -

۹ - دایہ تجربہ کار - ظریف الطبع صاف ستھری اور ہوشیار ہونی چاہیئے -

۱۰ - چڑچڑے مزاج والی دایہ زچہ اور بچّہ دونوں کیلئے نقصان دہ ہے۔
۱۱ - جب بچّہ پیدا ہو جائے تو اسے صاف ستھرے کپڑوں پر لیں۔ میلے کپڑوں اور زمین پر ہرگز نہ رکھیں۔
۱۲ - سردی سے بچائیں۔ رحم کی حرارت حمام کی حرارت کیطرح ہے۔ بچہ باہر آکر تھوڑی سی سردی کا اثر بھی مزاج کیخلاف محسوس کریگا۔
۱۳ - بچّہ کو ایسی جگہ رکھیں جہاں ہوا اور روشنی کا گزر ہو۔
۱۴ - بچّے کی سب سے پہلی غذا ماں کا دُودھ ہے۔
۱۵ - وضع حمل کے وقت جب بچّہ کا سر نکل آئے۔ تو بڑی احتیاط سے دیکھیں کہ اُس کے گلے سے نال تو لپٹی ہوئی نہیں۔ اگر ہو تو نرمی سے اسکا پیچ کھول دو۔ ورنہ مر جائیگا۔
۱۶ - بعض اوقات ایّام حمل ہی میں بچّہ مر جاتا ہے۔ جس سے پیٹ میں اس کی حس و حرکت بند ہو جاتی ہے۔ ماں کے پستان نرم اور ڈھیلے ہو جاتے ہیں۔ دُودھ نہیں ٹپکتا۔ اسکا اسی وقت نکال دینا بہتر ہے۔
۱۷ - پیدا ہوتے ہی اگر بچّہ نہ روئے۔ تو سمجھنا چاہیئے کہ اس کا دم گھٹا ہُوا ہے۔ تو اسوقت اس کی نال نہ کاٹیں۔ ورنہ مر جائیگا۔

## زچہ اور بچّہ کے لئے ہدائتیں

۱ - بچّہ پیدا ہونے کے بعد فوراً زچہ کی کمر میں دوپٹہ کس کر باندھ دیں۔ اور نرم بستر پر دونوں کو لٹا دیں۔
۲ - اگر رحم کے مقام پر سخت درد ہو۔ تو گرم پانی سے بوتل کی ٹکور کریں۔
۳ - بچّہ پیدا ہونے کے بعد ایک ہفتہ تک زچہ کوئی حرکت نہ کرے۔ حاجتِ ضروریہ کے لئے بھی کسی کے سہارے سے جائے۔

۴ - چالیس دن تک کوئی سخت کام نہ کرے ۔
۵ - بہتر یہ ہے ۔ کہ زچہ کو پہلے دو تین روز تک صرف دُودھ میٹھا ملا کر یا دُودھ میں پکا یا ہُوا ساگو دانہ کھلائیں ۔ پھر ایک وقت دُھلی ہوئی مونگ کی دال کی کھچڑی اور دوسرے وقت ساگو دانہ ۔ پھر دونوں وقت کھچڑی مرغن کھلائیں ۔ ایک ہفتہ کے بعد ایک وقت بہت پتلی نرم روٹی شوربہ یا مونگ کی دال سے اور دوسرے وقت کھچڑی دیں ۔ دو تین دن کے بعد دونوں وقت روٹی دیں ۔ گوشت میں گھیا ۔ ٹینڈے ۔ بھنڈی آلو وغیرہ ڈال سکتے ہیں ۔
۶ - کھانا نہ زیادہ گرم ہو نہ سرد ۔ بلکہ گرمی سردی میں معتدل ہو ۔
۷ - زچہ کو پیاسا نہ رکھیں ۔
۸ - اگر ہر روز زچہ کے تمام بدن پر تیل کی مالش کر دی جائے ۔ تو کچھ ہرج نہیں ۔
۹ - بلا ضرورت کوئی دوا نہ دیں ۔
۱۰ - زچہ کو ہر طرح خوش رکھا جائے ۔
۱۱ - زچہ خانہ بالکل صاف ستھرا ہو ۔
۱۲ - زچہ خانہ میں دھوُاں نہ آنے پائے ۔ اگر کوئلوں کو دھکانے کی ضرورت ہو تو اندر دھوُاں نہ پیدا ہونے دیں ۔
۱۳ - بچہ تولد ہوتے ہی نال تراشنے کے بعد عابند اور گرم پانی سے غسل دیں ۔ تاکہ اس کے بدن کی ساری غلاظت دور ہو جائے ۔ پھر نرم کپڑے سے بدن کو خشک کر کے موسم کے مناسب کپڑا پہنا دیں ۔
۱۴ - جب تک بچے کا نال از خود خشک ہو کر نہ جھڑ جائے جھٹکا نہ لگنے دیں ۔ اس کی جڑ پر ذرا سا گھی لگا دیا کریں ۔

۱۵ - نال کا تراشا ہُوا سرا بچے کے منہ کی جانب بڑا رہا کرے۔

۱۶ - چوتھے پانچویں روز بچے کو گرم پانی سے نہلا کر جسم خشک کر کے موسم کے مطابق کپڑے پہنا دیں۔

۱۷ - گیلا کپڑا ہرگز نہ پہنائیں۔

۱۸ - کبھی کبھی دھوپ میں بٹھا کر جیسا کہ موسم ہو بچے کے بدن پر میدے کو تیل سے تر کر کے جسم پر پھرایا جائے۔ جس سے اس کا بدن نرم اور چکنا رہے گا۔ اور زائد رونگٹے اکھڑ جائیں گے۔

۱۹ - گرمی کے موسم میں بچے کے سر سے بال ترشوا دیا کریں۔

۲۰ - تین ماہ کے بعد چیچک کا ٹیکہ کرا دیں۔

## بچے کو پرورش کرنے کا طریقہ

۱ - اگر میسّر آئے تو بچے کی پرورش کیلئے سب سے اچھی غذا اس کی ماں کا دُودھ ہے۔

۲ - اگر ایسا نہ ہو سکے۔ تو کسی دوسری شریف اور تندرست عورت کا دُودھ یا گائے کا دُودھ پلائیں۔ جسکا طریقہ یہ ہے۔ کہ گائے کے دُودھ کو جوش دے کر سرد کر کے بالائی اتار لیں۔ اور بچے کا دُودھ میٹھا ملا کر دیں۔

دُودھ ہمیشہ وقت مقررہ پر دینا چاہیئے۔ ہر وقت بے وقت دُودھ دینا بچے کو بدہضمی میں مبتلا کرے گا۔

۳ - ایک مرتبہ دُودھ پینے کے کچھ عرصہ بعد جب بچہ رونے لگے۔ تو سمجھیں کہ پہلا دُودھ ہضم ہو گیا۔

۴ - اگر دُودھ پینے کے بعد بچہ قے کر دے تو جانیں کہ پہلا دودھ ہضم نہیں ہُوا :-

۵ - بدہضمی کی حالت میں سہاگہ شگفتہ باریک کر کے شہد میں ملا کر دیں۔
۶ - بچے کو لٹا کر دودھ نہیں دینا چاہیئے۔
۷ - بچے کو ساتھ نہ سلائیں۔ وہ بار بار دودھ پینے کا عادی ہو جائیگا۔
۸ - بچے کو ہر وقت گود میں نہ اٹھائے پھریں۔

## ماں کے دودھ سے پرہیز :-

ان حالتوں میں ماں بچے کو دودھ پلانے سے پرہیز کرے۔
۱ - خنازیری مزاج والی ماں بچے کو دودھ نہ پلائے۔
۲ - زیادہ عیاش عورت کیونکہ ایسی عورت کی اولاد کمزور ہو کر دق الاطفال وغیرہ امراض کا شکار ہو جاتی ہے۔
۳ - جو عورتیں کسی موروثی مرض کا شکار ہوں۔
۴ - خوف زدہ اور سہمی ہوئی عورتیں۔ ان کا دودھ نشوونما کے قابل نہیں ہوتا۔
۵ - مفلوج اور پاگل عورت کا دودھ جس میں ہسٹریا وغیرہ والی عورتیں شامل ہیں۔
۶ - حاملہ عورت کا دودھ

## کم دودھ پیدا ہونے کے اسباب۔

رنج اور غم میں مبتلا عورتوں کا دودھ اکثر خشک ہو جاتا ہے۔ جس سے بچہ بھوکا رہ کر سوکھ کر مر جاتا ہے۔ اس کا علاج عورتوں کو خوش و خرم رکھنا اور مقوی ہلکی غذا کھلانا ہے۔
اگر مریضہ کو بھوک نہ لگتی ہو تو غذا کھانے کے بعد سوڈا بائیکارب ۲۰ گرین پیپرمنٹ واٹر ۱ اونس میں گھوٹ کر پلائیں۔ اگر موسم سرما ہو تو مغز بادام ۱۱ عدد

مغز پستہ ۲۲ عدد گھوٹ کر مصری ملا کر پلائیں۔ اگر موسم گرما ہو تو مغز تخم کدو ۲ تولہ
الائچی ۴ عدد۔ مغز تخم خیارین ۲ تولہ اچھی طرح باریک کر کے مربہ سیب ۴ تولہ
کے ہمراہ کھلائیں۔ حلوہ گذر بھی بہت مفید ہے۔ غذا میں چاولوں کی کھیر۔ دودھ
میں پکایا ہوا ساگودانہ۔ دلیہ وغیرہ دیں۔
پھلوں میں سیب۔ انار۔ امرود۔ آم۔ آڑو۔ لیچی۔ خربوزہ۔ تربوزہ
گاجر۔ گنا وغیرہ نہایت مفید ہیں۔

**پرہیز**:۔ غم۔ فکر اندوہ۔ چار دیواری کی قید۔ کام کاج کی زیادتی۔
زیادہ گرم اشیاء سے پرہیز کیا جائے۔ لہسن خصوصیت سے دودھ خشک
کرنے والی چیز ہے۔

## دیگر ہدایات

۱۔ بچوں کو پیٹنے اور پیٹ پر تھپکنا غذا ہضم نہ ہونے دیگا۔ اور وہ قے
بھی کر دیگا۔ ممکن ہے کہ اُسکے دل پر بھی صدمہ پہنچے۔
۲۔ بچے کے دانت نکل آنے پر سب سے پہلے ہلکی غذا کھلائی جائے۔
پھر بتدریج سخت۔
۳۔ غذا کے بعد کبھی کبھی سہاگہ شگفتہ ۲ رتی شہد میں ملا کر دینے سے
ہاضمہ اچھا رہے گا۔
۴۔ جب تک ایک غذا ہضم نہ ہو جائے دوسری غذا نہ دو۔
۵۔ روتے بچے کو کوئی چیز کھانے والی نہ دو۔ ورنہ اچھو لگ جائیگا۔
۶۔ بچے کو بات بات پر ناراض نہ ہوں۔ ورنہ وہ ضدی اور نافرمان
ہو جائے گا۔
۷۔ چھوٹے بچے کا رونا اس کی ورزش ہے۔ اس سے پھیپھڑوں میں طاقت

آتی ہے۔ سینہ قوی اور فراخ ہو جاتا ہے۔

۸۔ بچوں کو بُری صحبت میں بیٹھنے سے روکیں۔

۹۔ ابتدا ہی میں بچوں کو اپنے ماں باپ کے نام بھی یاد کرا دینے چاہئیں۔ تاکہ اگر وہ کہیں گم ہو جائیں تو اپنا پتہ بتا سکیں۔

۱۰۔ بچوں کو بازاری چیزوں کا عادی نہ بناؤ۔ وہ چٹورے ہو جائیں گے۔

۱۱۔ زیور نہ پہناؤ۔

۱۲۔ بچوں کو سوچ سمجھ کر حکم دو۔ اور جو کہو پھر اس پر سختی سے عمل کراؤ۔

(از جناب زبدۃ الحکماء حافظ حکیم محمد شفیع صاحب چشتی قریشی)

## عظم الثدیین

(پستانوں کا بڑھ جانا) جب پستان معمولی حجم سے بڑھ جاتے ہیں۔ تو بدنمائی کے علاوہ دودھ کی پیدائش بھی ضرورت سے کم ہو جایا کرتی ہے۔

**اسباب**:۔ چربی کی زیادتی۔ پستانوں کو زیادہ ملنا۔ علامات صاف ظاہر ہیں۔

**علاج**:۔ مریضہ کو ایسا لباس پہنائیں۔ جس سے پستانوں کو سہارا رہے یہ نسخہ مفید ہے:۔ مازو۔ تخم تمر ہندی۔ پوست انار۔ شکر سرخ کھوٹ

۶ ماشہ ۳ ماشہ ۳ ماشہ ۲ تولہ

پیس کر سفوف بنائیں۔ صبح و شام ایک تولہ تازہ پانی سے استعمال کرائیں۔ اور زیرہ سیاہ سرکہ میں پیس کر پستانوں پر ضماد کریں۔

## صغر الثدیین

(پستانوں کا چھوٹا ہو جانا) **اسباب**:۔ عام کمزوری۔ کثرت تحلل سے بدن میں خشکی۔ تقاضائے سن۔ مسہل کثرت سے لینا علامات ظاہر ہیں۔

**علاج**:۔ مغز بادام شیریں۔ کتیرا۔ نشاستہ۔ مصری سفید کوٹ

۵ دانہ ۶ ماشہ ۶ ماشہ ۱ تولہ

چھان کر بقدر تولہ شام کو ہمراہ شیر بز استعمال کرائیں۔ روغن بنفشہ پستانوں پر ملیں۔ غم وغصہ دھوپ میں چلنے آگ کے پاس بیٹھنے زیادہ مشقت سے پرہیز کرائیں۔

## استرخاء ثدیین (پستانوں کا ڈھیلا ہو جانا)

**اسباب:۔** بلغمی رطوبات کی زیادتی۔ خون کی کمی بہت عرصہ تک دودھ پلانا۔ بڑھاپا۔

**علامات:۔** ایسی عورتوں کا بدن عموماً سردی اور بادی سے بھرا ہوا ہوتا ہے۔

**علاج:۔** مازو سبز۔ پوست انار۔ گزمازج جفت بلوط۔ اقاقیا ہر ایک چھ ماشہ۔ سرکہ خالص ۵ تولہ میں کھرل کر کے ضماد کریں۔ مرطوب اور بلغم پیدا کرنے والی چیزوں سے پرہیز لازم جانیں۔ انگیا پہنائیں۔ بھنا ہوا گوشت بھنے ہوئے چنے قیمہ وغیرہ کھلائیں۔

## کثرتِ لبن (دودھ کی زیادتی)

جب پستانوں میں دودھ زیادہ پیدا ہوتا ہے۔ تو تناؤ کے باعث کبھی درد کبھی ورم کا سبب بن جاتا ہے۔

**اسباب:۔** خون کی زیادتی۔ مرغن غذاؤں کا کثرت سے استعمال۔

**علاج:۔** اگر تناؤ زیادہ ہو تو آلہ مخراج اللبن سے دودھ نکالیں۔ مسور کی دال کھلائیں۔ یا پنیر گھی میں بھون کر کھلائیں۔ مردار سنگ پانی میں پیس کر ضماد کریں۔ رطوبت کو کم کرنے والی غذا استعمال کرائیں۔

## قلتِ لبن (دودھ کی کمی)

**اسباب:۔** خون کی کمی۔ نقاہت۔ ضعفِ عامہ وغیرہ غم وغصہ رنج وفکر

بچہ سے محبت نہ ہونا۔

**علاج** :- ازالۂ اسباب کریں۔ یہ نسخہ بہت مفید ہے۔ نمک سنگ زیرہ سفید۔ دار فلفل۔ بادیان ہموزن سفوف بنائیں۔ خوراک ۲ ماشہ ہمراہ شیر گاؤ۔ گاجر کا حلوہ، مکھن انڈے وغیرہ استعمال کرائیں۔ روغن زیتون نیم گرم پستانوں پر ملیں۔

## احتباس لبن (دودھ چھاتیوں میں رُک جانا)

کبھی دودھ زیادہ گاڑھا ہونے کی وجہ سے پستانوں میں رُک جاتا ہے وغیرہ

**علامات** :- پستانوں میں تناؤ اور سختی پیدا ہوتی ہے۔ نیز کبھی بخار بھی عارض ہو جاتا ہے۔

**علاج** :- پستانوں سے بذریعہ مخراج اللبن (بریسٹ پمپ) دودھ نکالیں۔ پستانوں کو ربڑ کی بوتلوں سے سینکیں اور ان پر روغن گل کی مالش کریں۔ پوست خشخاش کی ٹکور کریں۔

## دبیلۃ الثدی (پستانوں کا پھوڑا)

**اسباب** :- احتباس لبن۔ پستانوں پر چوٹ لگنا وغیرہ۔

**علاج** :- مصفی و مسکن خون ادویہ پلائیں۔ مرہم داخلیون لگائیں۔ اگر ورم تحلیل نہ ہو سکے تو یہ پلٹس باندھیں تاکہ ورم پک جائے۔ اور پھر نشتر سے چیر دیکر پیپ خارج کر دیں۔ تخم کتان ۱ تولہ۔ تخم کنوچہ ۶ ماشہ ریوند چینی ۳ ماشہ مہا بھل ۳ ماشہ بکری کے دودھ میں پیس کر پلٹس تیار کریں۔ اور گرم گرم باندھیں جب ورم پک جائے تو عملیہ میں ہرگز تاخیر نہ کریں۔ کیونکہ جسقدر اپریشن میں زیادہ دیر کیجائے گی۔ اسی قدر پستان کی ساخت خراب ہوگی۔

## عقر و عقم (بانجھ پن)

اس مرض کے بہت سے اسباب ہیں۔ اور صحیح علاج اُن اسباب کا ازالہ ہے۔ اگر رحم اور خصیۃ الرحم کا کوئی پیدائشی نقص نہ ہو تو حسب ذیل علاج سے شفا کی امید ہو سکتی ہے۔

(۱) کشتہ مرداریہ ۲ چاول ہمراہ معجون سپاری پاک چند ماہ روزانہ استعمال کرائیں۔

یا (۲) برادہ دندانِ فیل ایک ماشہ باریک سفوف کر کے کھلاتے رہیں۔

(۳) معجون نشارۂ عاج بھی مفید ہے۔

## استحاضہ (کثرتِ حیض)

اس مرض میں خون حیض کثرت سے اور بے قاعدہ آتا ہے۔

**اسباب:**۔ گرم تیز چیزیں استعمال کرنا۔ اچھلنا، کودنا، زینہ پر چڑھنا۔ رقت خون، ایامِ حیض میں جماع

**علامات:**۔ بدن کمزور، نبض تیز، پیاس، چہرہ کی زردی، اعضائے رئیسہ کمزور ہو جاتے ہیں۔

**علاج:**۔ گیرو۔ سنگجراحت ایک ایک ماشہ پیس کر آملہ مربہ ایک عدد میں ملا کر کھلائیں۔ یہ ایک خوراک کا وزن ہے یا

کہربائے شمعی باریک پیس لیں۔ اور چار رتی ہمراہ آملہ مربہ دیں۔ نیز خمیرۂ کوکنار بھی نہایت مفید ہے۔ گرم اشیاء مصالح گوشت، زیادہ حرکت، چائے وغیرہ سے احتراز۔

## عسرِ طمث و احتباسِ طمث (حیض مشکل سے آنا اور حیض رُک کر آنا)

**اسباب:**۔ سیلان الرحم۔ خصیۃ الرحم کی سوزش۔ ایام حیض میں سردی لگنا۔ کثرت جماع۔ رنج و غم۔ خون کی کمی۔ غلیظ اغذیہ کا استعمال۔ یا عورت کا لحیم دشحیم ہونا۔

**علامات** :- حیض نہیں آتا۔ رُک رُک کر آتا ہے۔ پیڑو میں درد۔ اعضاء شکنی بے چینی، کمر، کولہوں، رانوں میں درد۔ اگر یہ عارضہ کمی خون سے ہو۔ دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے۔ اور چہرہ کا رنگ زرد۔ سردی لگنے یا غم و غصہ کی وجہ سے حیض یکایک بند ہو جاتا ہے اور اختناق الرحم کا باعث ہوتا ہے۔

**علاج** :- دوران حیض میں رائی ایک تولہ پانی دس سیر میں جوش دیکر مریضہ کو ٹب میں بٹھائیں۔

**ایضاً** :- گل ٹیسو۔ پوست خشخاس تولہ تولہ دو سیر پانی میں جوش دے کر اس میں فلالین تر کر کے پیڑو پر ٹکور کریں۔ اگر کمی خون اس کا سبب ہو تو کشتہ فولاد چار رتی۔ خمیرہ گاؤزبان ۶ ماشہ میں صبح و شام کھلائیں۔ اب چند نسخے مدر حیض تحریر کئے جاتے ہیں۔

۱۔ بادیان ۴ ماشہ۔ باد برنگ ۴ ماشہ۔ شکر سرخ ۷ ماشہ سفوف بنا کر تین ماشہ ہمراہ عرق بادیان تین یوم قبل استعمال کرائیں۔

۲۔ عنبر۔ مرکی۔ زعفران تولہ تولہ۔ ہیرا ہینگ ۳ ماشہ۔ جند بیدستر ۴ ماشہ سب کو پیکر شہد سے حبوب بقدر دانہ نخود بنا لیں۔ ایک گولی صبح ایک گولی شام گرم دودھ سے استعمال کرائیں۔ اچھلنے، کودنے، اچانک خوشی و رنج سے پرہیز کریں۔ گرم اشیاء کا استعمال، کثرت مجامعت سخت مضر ہے۔ بکری کا گوشت اور دودھ اچھی غذائیں ہیں۔

## ورم رحم و اعوجاج رحم (رحم کی سوجن اور رحم کا ٹل جانا)

**اسباب** :- رحم کی چوٹ۔ ایام حیض میں سردی۔ رحم میں تیز دواؤں کا رکھنا۔ سوزاک، آتشک۔ کثرت جماع۔ اسقاط۔ غیر فطری طریق پر جماع۔

**علامات:** ۔ پڑو اور کمر میں درد رہتا ہے۔ چلنے پھرنے میں تکلیف ہوتی ہے۔ مجامعت کے وقت تکلیف۔ رحم سے رطوبت خارج ہوتی ہے۔ شدت مرض میں بخار اور لرزہ۔ پیشاب رکنا وغیرہ۔

**علاج:** ۔ مریضہ کو کامل آرام وسکون سے لٹائے رکھیں۔ تسکین درد کیلئے پوست خشخاش ایک تولہ۔ گل ٹیسو ۲ تولہ پانی میں جوش دیکر فلالین تر کر کے ٹکور کریں۔ مرہم داخلیون ایک تولہ آب مکو سبز میں ملا کر روغن گل ایک تولہ سفیدی بیضہ مرغ ایک عدد۔ مغز فلوس ۹ ماشہ ملا کر ملائم کپڑے سے حمول کریں۔ انشاءاللہ آرام ہوگا۔ چلنے پھرنے سخت حرکت بادی اشیاء کے استعمال سے پرہیز غذا لطیف اور زود ہضم دیں۔

## اختناق الرحم (باؤ گولہ)

یہ مرض دورے سے ہوتا ہے۔ اور دورے کے وقت مریضہ کو ایسا معلوم ہوتا ہے۔ کہ اس کے پیٹ میں سے ایک گولہ سا اٹھ کر اس کے گلے میں جا اٹکتا ہے۔ اور مرگی کے مریض کی سی حالت ہو جاتی ہے۔ صرف اتنا فرق مرگی اور اس مرض کی تشخیص کیلئے کافی ہے۔ کہ مریض مرگی اپنی تکلیف شعور آنے پر بیان نہیں کر سکتا۔ لیکن باؤ گولہ کی مریضہ اپنی تکلیف کی کیفیت پوری اور صحیح بتا سکتی ہے۔

**اسباب:** ۔ یہ مرض فارغ البال لڑکیوں کو عموماً ہوتا ہے۔ حیض نہ آنا۔ عشقیہ قصے۔ راگ ناچ وغیرہ کا شغل۔ عیش و عشرت کی زندگی۔ نفسانی خواہشات کا غلبہ۔ دائمی قبض، نفخ، رنج و غم۔ نوجوان لڑکیوں کی شادی نہ کرنا۔

**علامات:** ۔ اس مرض کی علامتیں مختلف حالتوں میں مختلف ہوا کرتی ہیں۔ عام طور پر کولہوں میں درد۔ طبیعت نڈھال۔ دم گھٹتا ہوا معلوم ہوتا ہے۔ پیشاب بار بار اور رقیق آتا ہے۔ دل کی دھڑکن بڑھ جاتی ہے۔ مریضہ چیخ مار

کر یا قہقہہ مار کر بے ہوش ہو جاتی ہے۔ کبھی روتی ہے۔ کبھی ہنستی ہے۔ کبھی بھونکتی ہے۔ بیہودہ باتیں کرتی ہے۔ تشنج ہوتا ہے وغیرہ۔

**علاج** :- ازالۂ اسباب کریں۔ مریضہ باکرہ ہو تو شادی کر دیں۔ دورہ کی حالت میں سینہ کی بندش کھول دیں۔ سرد پانی کے چھینٹے چہرے پر ماریں۔ ہینگ سنگھائیں۔ بازوؤں اور پنڈلیوں کو کس کر باندھیں۔ دوائے بادرنگ ۶ ماشہ۔ کف دریا ۳ ماشہ۔ بہروزہ خشک ۶ ماشہ۔ نمک لاہوری ۳ ماشہ کوٹ چھان کر تین پوٹلیاں بنا کر رحم کے اطراف میں رکھوائیں۔ رفع تشنج وغیرہ کیلئے جدوار ۱ ماشہ۔ عود صلیب ۱ ماشہ باریک پیس کر خمیرہ گاؤزبان میں ملا کر کھلائیں۔ اور اوپر سے شربت دینار پلائیں۔ فحش خیالات دور کرائیں۔ غذا مقوی زود ہضم اور لطیف تجویز کریں۔

## سیلان الرحم (لیکوریا۔ سفید پانی)

یہ مرض عورت کی صحت کو تباہ کر دیتا ہے۔ اس کے باعث اُس کے اعضائے رئیسہ ضعیف ہو جاتے ہیں۔ اور استقرارِ حمل مشکل ہو جاتا ہے۔

**اسباب** :- سوزاک، آتشک۔ نقرس کی سمیت۔ رحم کا ورم۔ عام کمزوری۔ ٹھنڈی اور مرطوب غذاؤں کا استعمال۔

**علامات** :- کمر میں درد۔ پیڑو میں بوجھ۔ اندامِ نہانی میں خارش۔ طبیعت میں کسل۔ رطوبت جاری رہنا۔

**علاج** :- سنگجراحت ۲ تولہ۔ مائیں خورد ۱ تولہ۔ لودھ پٹھانی ۶ ماشہ چھیا گوند ۶ ماشہ۔ مصری ۲ تولہ کوٹ چھان کر سفوف بنائیں۔ صبح و شام ایک ایک تولہ دودھ سے پھنکائیں۔ نیز معجون سپاری پاک اس مرض میں تیر بہدف ہے۔ مریضہ کی صحتِ عامہ اور ہاضمہ کا خاص خیال رکھیں۔ بادی۔ ثقیل۔

مولدِ بلغم اشیاء سے پرہیز کریں۔ زود ہضم اور ہلکی غذا بہت مفید رہے گی۔ مثلاً بکری کے گوشت کا شوربہ پلاؤ وغیرہ۔

## رحم کی خارش اور پھنسیاں

اسباب :- سیلان الرحم۔ ورم رحم۔

علامات :- خارش اور سوزش ہوتی ہے۔ کبھی زخموں کیوجہ سے پیپ اور مواد خارج ہوتا ہے۔ اور خارش کی حالت میں خواہش جماع بڑھ جاتی ہے۔

علاج :- ازالۂ اسباب کریں اور کافور ۳ ماشہ گلاب ۳ تولہ میں ملیکر فرزجہ کریں۔

ایضاً :- پوست انار ۵ تولہ۔ عدس مقشر ۵ تولہ دو سیر پانی میں جوش دیکر آبدست کرائیں۔ اور اطریفل شاہترہ ۷ ماشہ کھلا کر شربت عناب پلائیں۔ گرم تیز مصالحہ دار اشیاء سے پرہیز کریں۔

## اسقاطِ حمل (حمل گر جانا)

طبعی حمل عام طور پر ۲۸۰ دن کے بعد وضع ہوتا ہے۔ جو کہ تقریباً ۹ ماہ ۱۲ دن ہوتا ہے۔ اگر سات ماہ سے پہلے جنین رحمِ مادر سے خارج ہو جائے۔ تو اُسے اسقاطِ حمل کہتے ہیں۔

اسباب :- عام کمزوری۔ خون کی کمی۔ اُچھلنا، کودنا۔ ٹھوکر کھانا۔ وزنی چیز اٹھانا۔ پیٹ پر چوٹ لگنا۔ کثرتِ جماع۔ رنج وغم۔ خوف و دہشت آتشک و سوزاک کی سمیت۔

علامات :- بدن خصوصاً پیٹ کمر اور رانوں میں دردِ زہ کیطرح درد ہوتا ہے وغیرہ وغیرہ۔

**علاج** :- مریضہ کو کامل آرام و سکون سے لٹائیں ۔ اور چلنے پھرنے کی اجازت نہ دیں ۔ گیرو ایک ماشہ ۔ سنگ جراحت ایک ماشہ ۔ طباشیر ۳ ماشہ ۔ ورق نقرہ ایک ماشہ ۔ مصری تولہ ۔ سب کا سفوف بنائیں ۔ اور بوزن ۷ ماشہ ہمراہ شربت انجبار استعمال کرائیں ۔ علاوہ ازیں فوفل مازو ۔ گیرو ہر ایک ۲ ماشہ افیون ا ماشہ پانی میں پیسکر پیڑو پر لیپ کریں ۔ اگر اسقاط ہو جائے ۔ تو صفائی کے لئے پوست املتاس ۹ ماشہ ۔ پوست خربوزہ ا تولہ ۔ پودینہ ۔ بادیان ۔ پرسیاؤشاں ہر ایک ۷ ماشہ سب کو تین پاؤ پانی میں جوش دیکر جب تہائی رہ جائے تو چھان کر پلائیں ۔ حفظ ماتقدم کی غرض سے اگر حاملہ کو معجون حمل عنبر علویخانی ۵ ماشہ روزانہ مریضہ کو کھلائیں تو انشاء اللہ اسقاط نہ ہوگا ۔

## سلعۃ الرحم (رحم کی رسولی)

**اسباب** :- ایام حیض کی خرابی ۔ سوزاک و آتشک کی سمیت ۔ بدنی نشو و نماء کا نقص ۔ صحت عامہ کی خرابی ۔

**علامات** :- ایام ماہواری میں درد کی شکایت ۔ سیلان الرحم ، اولاد نہیں ہوتی ۔ بدن بھاری ہو جاتا ہے ۔ قبض رہتا ہے ۔ منظار الفرج سے دایہ کو رسولی معلوم ہو سکتی ہے ۔

**علاج** :- سکبینج ۳ درم ۔ مقل ۴ درم ۔ حلتیت اشق ہر اک ۵ درم ۔ جاؤشیر ۷ درم کوٹ پیسکر سرکہ خالص میں گوندھ کر ضماد بنالیں ۔ اور دایہ کے ذریعے استعمال کرائیں ۔ اندرونی طور پر معجون دبید الورد ۷ ماشہ روزانہ کی مداومت کریں ۔ ثقیل اور نفاخ اغذیہ سے پرہیز کریں ۔ چھاچھ ۔ دہی گائے کا گوشت منع ہیں ۔

## تشحم الرحم (رحم میں چربی پیدا ہونا)

یہ مرض سُست بیکار پڑے رہنے کی عادت، عیش و آرام، موٹاپے وغیرہ سے ہو جایا کرتی ہے۔

**علامات**:۔ اولاد نہیں ہوتی۔ بدن بھاری رہتا ہے سیلان الرحم کی شکایت اور کمئی اشتہا رہتی ہے۔

**علاج**:۔ مریضہ کو صبح و شام پیدل ہوا خوری کرائیں۔ گھر کے کام میں مصروف رکھیں۔ غذا بھوک سے کم کھلائیں۔ اس مرض میں کشتہ مرگانگ ایک رتی ہمراہ جوارش جالینوس ۷ ماشہ صبح و شام استعمال کرانا بہت مفید ہے۔ شربت بزوری بھی معمول ہے۔ دُودھ، مکھن۔ بالائی سے پرہیز۔

## ورم الفرج و حکتہ الفرج :۔

**اسباب**:۔ سیلان الرحم، جسمانی کمزوری، تقطیرِ بول، عُسرِ ولادت ہوئے زہار بڑھ جانا۔ اور جوئیں وغیرہ۔

**علامات**:۔ پیشاب درد سے آتا ہے۔ مقامِ ماؤف پر خارش ہوتی ہے۔ کبھی ورم بھی ہو جاتا ہے۔

**علاج**:۔ مقامی صفائی ضروری ہے۔ نسخہ:۔ روغن ایک تولہ میں کافور ایک ماشہ۔ کتھ ۲ ماشہ۔ گلِ آرمنی ۱ ماشہ باریک پیس کر ملا کر لگائیں۔ اور شربت عناب پلاتے رہیں۔ غذا میں چپاتی ہری ترکاریاں۔ مونگ کی کھچڑی مفید ہیں۔

**عُسرِ ولادت**:۔ (بچہ کا تکلیف سے پیدا ہونا)

اگر حاملہ کو آٹھویں ماہ سے دُودھ پلانا شروع کر دیا جائے۔ تو انشاءاللہ بچہ جنتے وقت تکلیف نہیں ہو گی۔ دیگر اگر بچہ جنتے وقت تکلیف ہو۔ تو املتاس کا پوست ½۱ تولے کر نرم کوٹیں اور پانی سے پکائیں۔ فوراً

بچہ پیدا ہو گا۔

**ایضاً**:- وضع حمل کیوقت کلوروفارم (Chloroform)

عورت کو سنگھائیں۔ آسانی سے بچہ پیدا ہو گا۔

**حمیٰ نفاسیہ**:- (زچہ کا بخار۔ پرسوت کا بخار)

یہ بخار بچہ پیدا ہونے کے بعد خونِ نفاس بند ہونے کی وجہ سے عورت کو لاحق ہوتا ہے۔ یہ ایک قسم کا عفونتی بخار ہے۔ اس مرض میں تصفیۂ خون اور ادرارِ خون کی تدابیر کریں۔ چنانچہ پہلے ملیّن دے کر قبض رفع کرائیں، بعدہٗ حبِ قرطم۔ سونف، گاؤزبان۔ پوستِ خربزہ ہر ایک چھ ماشہ۔ پانی میں جوش دیکر چھان کر صبح و شام پلاتے رہیں۔ علاوہ بریں پینی سلین کے ٹیکے ازحد مفید ہیں۔

# اختناق الرحم

(از جناب ڈاکٹر و حکیم فضل خالق صاحب کامل الطب والجراحت)

**مختلف نام** :- اس مرض کو عربی میں اختناق الرحم ۔ انگریزی میں ہسٹیریا ۔ ہندی میں باؤ گولہ ۔ پشتو اور فارسی میں باد گولہ کہا جاتا ہے ۔

**وجہ تسمیہ** :- اختناق کے لغوی معنی دم گھٹنے کے ہیں ۔ چونکہ اس مرض میں دم گھٹنے لگتا ہے اور یہ رحم کی مشارکت سے ہوتا ہے ۔ لہٰذا اسکا عربی نام اختناق الرحم رکھا گیا ۔ لفظ ہسٹیر یا یونانی زبان سے مشتق ہے جس کے معنی رحم کے ہیں ۔ اور چونکہ یہ مرض رحم کی خرابی سے پیدا ہوتا ہے اس وجہ سے انگریزی میں ہسٹیریا ہی کہنے لگے ۔ چونکہ اس مرض میں پیٹ سے ایک گولہ اوپر جاتا ہوا معلوم ہوتا ہے ۔ اس لئے ہندی میں باؤ گولہ اور فارسی پشتو میں باد گولہ کے نام سے مشہور ہے ۔

**اقسامِ مرض** :- عام طور پر تشخیص میں آسانی کیخاطر اس مرض کو دو شقوں میں تقسیم کیا جا سکتا ہے ۔ شق اول اختناق الرحم خفیف جسکو انگریزی میں ہسٹیریا مائنر کہا جاتا ہے ۔ شق ثانی اختناق الرحم شدید اور اس کو انگریزی میں ہسٹیریا میجر کہتے ہیں ۔

**اسبابِ مرض** :- اکثر یہ مرض وراثتاً ہوتا ہے ۔ آتشکی ۔ خنازیری شرابی ، مفتر العقل ، جنونی اور مالیخولیائی مزاج والے والدین کی اولاد اس

میں مبتلا ہوتی ہے۔ حیض کی خرابی۔ تنہائی عشق اور عشق میں ناکامی مایوسی اور تفکرات کی زیادتی۔ دماغی محنت۔ دائمی قبض۔ امراض معدہ۔ امراض امعا جلق نیز لمبی مدت تک جماع نہ کرنا اور بدنامی کا خوف اکثر اس مرض کے اسباب ہوا کرتے ہیں۔ اور جماع میں عدم تسکین اسباب خاصہ میں سے ہے۔ نیز یہ مرض رحم یا دماغ میں کسی رسولی کے باعث بھی ہوتا ہے۔

**استعدادِ مرض** :۔ اس مرض کی استعداد عیاش اور غیر محنتی اشخاص میں بہ نسبت جفاکش لوگوں کے اور امیروں میں بہ نسبت غریبوں کے اور شہریوں میں بہ نسبت دیہاتیوں کے زیادہ ہوتی ہے۔

**زمانہ** :۔ عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ ۱۲ برس سے لیکر ۴۰ برس کی عمر کی عورتیں اس مرض میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔

**دورہ** :۔ چند منٹوں سے لیکر تین چار گھنٹوں تک اس مرض کا دورہ رہتا ہے اور کبھی متواتر کئی کئی دن اس کے دورے ہوتے رہتے ہیں۔ اس صورت میں پہلا دورہ ختم نہیں ہونے پاتا کہ دوسرا دورہ شروع ہو جاتا ہے۔ عام طور پر دورہ ایامِ ماہواری میں ہوتا ہے۔

**علامات** :۔ اختناق الرحم خفیف میں پہلے مریضہ کے بائیں کوکھ میں تکلیف محسوس ہوتی ہے۔ اس کے کچھ عرصہ بعد پیٹ میں ایک گولہ سا اٹھتا ہوا معلوم ہوتا ہے۔ جو کہ رفتہ رفتہ اوپر کو چلتا ہے۔ اور پھر ایسا معلوم ہوتا ہے کہ گلے میں کچھ چیز اٹکی ہوئی ہے۔ مریضہ اس کو نگلنے کی کوشش کرتی ہے۔ اسکا دم گھٹنے لگتا ہے۔ اس حالت کے بعد مریضہ کی تکالیف میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔ مگر دردِ سر تکان گردن میں سختی۔ نفخ شکم رہتا ہے۔ ترش ڈکار آتے ہیں۔ دل دھڑکتا ہے۔ پیشاب زیادہ آنے لگتا ہے۔ مریضہ نڈھال مضمحل اور اداس

ہوتی ہے۔

**شدید علامات**:۔ اختناق الرحم شدید میں مریضہ دفعتاً چیخ مار کر رونے یا قہقہہ مار کر ہنسنے لگتی ہے۔ اسے معلوم ہوتا ہے۔ کہ پیٹ سے ایک گولہ اوپر کو جا رہا ہے۔ اور جیسے ہی گولہ حلق تک پہنچتا ہے۔ مریضہ غش کھا کر گر پڑتی ہے۔ مریضہ کا سر پچھلی جانب جھک جاتا ہے۔ اور گلا آگے کو نکلا ہوتا ہے۔ ہاتھ پاؤں میں اینٹھن ہوتی ہے۔ نتھنے پھول جاتے ہیں۔ کبھی اٹھتی ہے کبھی بیٹھتی ہے۔ رخسارے اندر دھنس جاتے ہیں۔ بعض مرتبہ دیوانوں کی سی حالت طاری ہو جاتی ہے۔ اور کپڑے پھاڑتی ہے۔ کبھی دیوار سے ٹکراتی ہے۔ کبھی دوسروں کو کاٹ کھانے کیلئے جھپٹتی ہے۔ پیٹ میں نفخ ہوتا ہے۔ اور وہ بار بار گلے پر ہاتھ لے جاتی ہے۔ گویا وہ اس بات کا اظہار کر رہی ہے۔ کہ اس کے گلے میں کوئی چیز اٹکی ہوئی ہے۔ چہرہ سرخ۔ گردن کی رگیں پھولی ہوئی۔ پہلے ہاتھ پاؤں سرد ہوتے ہیں۔ کچھ وقفہ کے بعد گرمی آجاتی ہے۔ جب دورہ میں کمی ہونے لگتی ہے۔ تو مریضہ ہانپتی کانپتی ہے۔ ہاتھ لگانے سے چونک پڑتی ہے۔ یکایک علامات بڑھ جاتی ہیں۔ اسیطرح مریضہ کئی بار زور کرتی اور چپ ہو جاتی ہے۔ آخر کار کھلکھلا کر ہنسنے لگتی ہے یا رو پڑتی ہے۔ کبھی کبھی قے ہو جانے کے بعد مریضہ کو نیند آجاتی ہے اور دورہ رفع ہو جاتا ہے۔ پیشاب کثرت سے آتا ہے۔

**علامات وہمی**:۔ اکثر مریضہ مندرجہ ذیل علامات کا اظہار کرتی ہیں۔ خارش۔ استرخاء عامہ کی شکایت کرتی ہے۔ جوڑوں میں درد۔ گلا بیٹھ جانا۔ ہڈیوں کے بوسیدہ ہو جانے کا شک۔ جی متلانا۔ نفخ شکم، غشیان

وغیرہ کی علامات - اس قسم کی علامات کچھ دیر رہ کر دور ہو جاتی ہیں -

**مشابہت** :- چونکہ اختناق الرحم کو مرگی کے ساتھ بہت کچھ مشابہت ہے - اس لئے یہاں دونوں کی چند علامات فارقہ درج کی جاتی ہیں -

| اختناق الرحم | صرع |
|---|---|
| (۱) مریضہ اردگرد کے لوگوں کی بات چیت سُن لیتی ہے - مگر جواب دینے سے قاصر ہوتی ہے - ظاہر طور پر بیہوشی ہوتی ہے - لیکن ہوش میں آنے کے بعد کچھ نہ کچھ بتلا سکتی ہے - | (۱) مریضہ یکایک بے ہوش ہو جاتی کسی کی آواز نہیں سُن پاتی - افاقہ ہونے کے بعد بے ہوشی کی حالات کی کچھ خبر نہیں ہوتی - |
| (۲) مریضہ کی پتلیاں روشنی سے سکڑ جاتی ہیں - آنکھیں بند ہوتی ہیں - چہرہ سُرخ - دانت پیستی ہے - مگر زبان نہیں کٹتی - | (۲) پتلیوں پر روشنی کا کوئی اثر نہیں ہوتا اور وہ پھیلی ہوئی ہوتی ہیں - آنکھیں ابھری ہوئی اور کسیقدر کھلی ہوتی ہیں - چہرہ نیلا ہوتا ہے - دانت پیستی ہے - جبکے نیچے زبان اگر کٹ جاتی ہے - منہ جھاگ سے بھر جاتا ہے - |
| (۳) چہرہ بدنما نہیں ہوتا - غیر منظم طریقہ پر تشنج ہوتا ہے :- | (۳) چہرہ بدنما ہو جاتا ہے - تشنج پہلے خفیف اور بعد میں شدید ہو جاتا ہے - |
| (۴) پیٹ سے ایک گولہ اٹھکر گلے میں اٹکتا ہوا معلوم ہوتا ہے - | (۴) پیروں سے یا پیٹ سے ایک قسم کی سرسراہٹ مثل چیونٹی کے رینگنے کے شروع ہو کر سر تک پہنچ جاتی ہے اور جیسے ہی سر تک پہنچتی ہے - دَورہ شروع ہو جاتا ہے - |

## اختناق الرحم

(۵) دورہ عرصہ تک رہتا ہے۔ مریضہ لمبے لمبے سانس لیتی ہے۔ کبھی ہنستی ہے۔ کبھی روتی ہے۔

(۶) دورہ کے بعد نیند نہیں آتی۔ پیٹ ہمتی ہوتی ہے۔ پیشاب زیادہ آتا ہے۔

## صرع

(۵) اسکا دورہ بالعموم تھوڑی دیر رہتا ہے۔ سانس خراٹے دار آتا ہے۔ مریضہ ہنستی ہے نہ روتی ہے۔

(۶) دورہ کے بعد گہری نیند آجاتی ہے۔ یا مریضہ بیہوش ہوجاتی ہے۔ سر میں درد رہتا ہے۔ سمجھ میں کمی آجاتی ہے۔

**نکتہ** :۔ بالعموم قدیم اطباء یونان کا خیال تھا کہ یہ مرض رحم کی خرابی سے پیدا ہوتا ہے۔ لہٰذا اس میں صرف عورتیں ہی مبتلا ہو سکتی ہیں۔ لیکن بقول زکریا رازی مرد بھی اس میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ اور جدید تحقیقات سے بھی یہ ثابت ہو چکا ہے کہ یہ ایک عصبی مرض ہے اور شاذ و نادر مرد بھی اس میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔

**انجام مرض** :۔ جبکہ یہ مرض موروثی ہو یا مریضہ نازک مزاج اور ناز پروردہ ہو تو صحت یابی مشکل ہوتی ہے۔ تاہم مناسب علاج سے مرض میں کمی ضرور ہو جاتی ہے۔ اگر مریضہ غیر شادی شدہ ہے۔ تو شادی ہو جانے کے بعد اکثر یہ مرض جاتا رہتا ہے۔ اسی طرح اگر یہ مرض عالم جوانی میں ہو تو عمر بڑھنے سے رفتہ رفتہ علامات میں کمی ہوتی جاتی ہے۔ اور مناسب علاج سے مرض سے چھٹکارا حاصل ہو جاتا ہے۔

**اصول علاج** :۔ بحالت دورہ مریضہ کے تلوؤں میں نمک کی مالش کرائیں۔ ہاتھ پیروں کو مضبوطی سے باندھ دیں۔ خوشبو دار چیزیں نہ سنگھائیں۔ بلکہ ہینگ پیاز۔ لہسن۔ گندھک۔ جندبیدستر وغیرہ میں سے جو چیز میسر آئے سنگھائیں۔ ایمونیا کاڈب سپرٹ کیمفر کا سنگھانا بھی مفید ہے۔ خوشبو دار اشیاء مثلاً عطر موتیا

سوسن۔ روغن چنبیلی وغیرہ میں روئی ترکرکے رحم میں رکھیں۔ فلفل سیاہ لونگ وغیرہ شہد میں ملاکر فرزجہ کرنا بھی مفید ہے۔ گلے اور سینے کی بندشوں کو ڈھیلا کردیں۔ منہ پر ٹھنڈے پانی کے چھینٹے دیں۔

**علاج بحالت وقفہ** :۔ (۱) بندش حیض و نفاس میں مدرات استعمال کرائیں۔

۲ ۔ غیر شادی شدہ یا جماع کی ضرورت کی شکل میں شادی کی ترغیب دیں :۔

۳ ۔ عدم تسکین جماع میں منزلات برتیں۔

۴ ۔ کثرت شہوت کی صورت میں مبردات کا استعمال ضروری ہے۔ اس کیلئے کافور یا ہومیوپیتھک کیمفر ۳۰ یا برومائیڈ کا استعمال مفید رہیگا۔

۵ ۔ استشہا یا ید کی عادت ہو تو جہل کو صاف رکھیں۔ فم رحم پر جونکیں لگوائیں۔ بظر اور فرج کے بیرونی حصہ پر سنگیاں لگوائیں۔ اور صحبت بد سے بچائیں۔

۶ ۔ عشق کے مرض میں محبوب کو ملانے کی کوشش کرکے معجون نجاح اور مفرحات کا استعمال کرائیں۔

۷ ۔ اگر رسولی ہو۔ تو اپریشن کرائیں یا تھوجا ۳۰ یا ۲۰۰ کھلائیں۔ اور بیرونی طور پر تھوجا مدر ٹنکچر لگائیں۔

۸ ۔ غم یا ناگہانی حادثہ میں مقویات قلب جواہر مہرہ۔ مفرح یاقوتی وغیرہ سے کام لیں۔

۹ ۔ اگر کوئی اور خاص وجہ ہو۔ تو حسب خلط منضجات پلاکر ایارجات سے تنقیہ کرائیں۔

**غذا اور پرہیز:-** غذا میں چوزہ مرغ - تیتر - بٹیر - بکری کا گوشت پالک کدو وغیرہ مقوی اور زود ہضم چیزیں دیں - زیادہ مصالحدار اور ثقیل دیر ہضم اشیاء سے پرہیز کرائیں :-

**مجربات:-** اس مرض میں مندرجہ ذیل مجربات میرے معمول مطب ہیں :-
چھوٹی چندن جس کو دھول بروا - سرپ گندہ اور اسرڈل بھی کہتے ہیں - مشہور بوٹی ہے - جس کے مقابلے میں کوئی مفرد اور مرکب دوا یورپ پیش نہیں کر سکا - اور نہ دنیا کا کوئی دوسرا طریق علاج - اختناق الرحم - پاگل پن - اور خون کے دباؤ کے بڑھ جانے کی یہ ایک کامیاب دوا ہے - جو مفرد اور مرکب دونوں طرح مفید ہے - طریق استعمال یہ ہے -

۱- چھوٹی چندن ایکماشہ کا سفوف ہمراہ عرق گلاب ۴ تولہ صبح و شام پلانا مفید ہے -

۲- چھوٹی چندن ۲ ماشہ - اتیس ۱ ماشہ سفوف بنائیں اور ہمراہ عرق بادام ۴ تولہ صبح و شام استعمال کرائیں -

۳- چھوٹی چندن ۲ حصہ - اتیس ۱ حصہ ملا کر لکوئیڈ ایکسٹریکٹ یعنی خلاصۂ سیال تیار کر لیں - اب اس خلاصۂ سیال کا دو قطرہ لیکر پندرہ ۱۵ بوند آب مقطر دو آتشہ ملا کر ایک سی سی کا انجکشن عضلاتی طریقہ سے کریں - اور دیکھیں کہ خداوند تعالےٰ اس حقیر سی بوٹی کے ذریعے کسطرح شفا بخشتا ہے -

۴- چھوٹی چندن - بیخ کاسنی ہر ایک دس ۱۰ تولہ - تخم خیارین ۸ تولہ تخم خربزہ - تخم کشوث - بلوخشک ہر ایک ۴ تولہ - گل گاؤزبان - زوفہ خشک مشک طرامشیع ہر ایک ۲ تولہ - پرسیاؤشاں - تخم کاکنج ہر ایک ۶ تولہ - سرکہ خالص انگوری ۲ بوتل - نبات سفید ۲ سیر شربت بنائیں - ۴ تولہ یہ شربت اور

۴ تولہ عرق سونف ملا کر صبح شام پلائیں ۔ اختناق الرحم کیلئے ازبس مفید ہے اور مدرِ حیض بھی ہے ۔

۵ ۔ چھوٹی چندن ۶ ماشہ ۔ اتیس شکطرامشیع زعفران ہر ایک ۳ ماشہ مشک تبتی ۴ رتی شہد کے ذریعے حبوب نخودی تیار کر لیں ۔ خوراک ۲ گولی ہمراہ عرق بادیان اختناق الرحم جنون میں مفید ہیں ۔

۶ ۔ چھوٹی چندن بالچھڑ ۔ اسلیخہ ۔ اسارون ۔ اتیس ۔ دارچینی ۔ مصطگی رومی ۔ عود بلسان ۔ زعفران ۔ بادرنجبویہ ۔ جند بیدستر ۔ مساوی الوزن لیکر باریک پیس لیں اور دواؤں کے مساوی گلقند اور دواؤں کے دوچند شہد ملا کر معجون تیار کر لیں ۔ اور ایک ایک تولہ صبح و شام استعمال کرائیں ۔

۱ ۔ **کشتہ سنگجراحت** :۔ سنگجراحت ۔ عرق دودھیا خورد ۔ دودھیا خورد سالم بوٹی ۔ ۴ سیر پشاوری ۔ اُپلہ صحرائی امن پشاوری ۔

(ایک پاؤ پشاوری — ایک سیر پشاوری)

**ترکیب** :۔ سنگجراحت کو کھرل کر کے پاؤ بھر عرق ڈالکر گوندھیں اور ایک گولہ بنا کر سایہ میں خشک کر کے ایک سیر دودھیا کا نغدہ بنا کر گولہ اسمیں رکھکر کپڑ مٹی کر لیں ۔ خشک ہونے پر دس سیر اُپلوں کی گڑھے کی آگ دیں سرد ہو جانے پر نکال لیں ۔ چار دفعہ ایسا ہی عمل کر کے آگ دیں ۔ سنگجراحت کا اکسیری نسخہ تیار ہے ۔ باریک کر کے محفوظ رکھیں ۔

**مقدار خوراک** :۔ ۱ ماشہ سے ۲ ماشہ تک ہمراہ بدرقہ مناسبہ ۔

**فوائد** :۔ کثرت حیض و نفاس اعضائے تناسلیہ کے اندرونی زخم سوزاک اور سیلان الرحم کیلئے یہ ایک اکسیری دوا ہے ۔ اعضائے تناسل کو قوی اور مضبوط بنا دیتی ہے ۔ سوزاک اور جریان کیلئے بھی مفید ترین چیز ہے ۔

**نوٹ:-** اگر قبض ہو جائے تو دو تولہ روغن بادام گرم دودھ میں ڈالکر سوتے وقت پی لینا چاہیئے۔

**۲-کشتہ سرب:-** سیسہ مصفا بقدر ضرورت لیکر ایک آہنی کڑاہی میں کوئلوں کی نرم آگ پر رکھیں۔ پگھلنے پر دودھی خورد کی چٹکی دیتے جائیں۔ اور ریش برگد کا ایک موٹا ڈنڈا پھیرتے جائیں۔ یہاں تک کہ سبزی مائل زرد رنگ کا کشتہ تیار ہو جائے۔ قدر کی چیز ہے۔

**خوراک:-** ۱ سے ۲ رتی تک۔

**فوائد:-** مندرجہ بالا تمام امراض کیلئے مفید ہے۔

**۳-اکسیر نسواں:-** کشتہ سنگجراحت مذکور ۳ حصہ۔ قلب الحجر خالص ۲ حصہ۔ کشتہ سرب مذکور ۱ حصہ۔ ادویہ کو کھرل کر کے شیشی میں محفوظ رکھیں۔

**خوراک:-** ۲ رتی سے ۶ رتی تک۔

**فوائد:-** کثرت حیض، کثرت نفاس، سیلان الرحم، رحم کی عضلاتی و اعصابی ریشوں کی کمزوری کیلئے بہترین نسخہ ہے۔ اختناق الرحم کمزوری اور بانجھ پن کیلئے اکسیر چیز ہے۔ دوران حمل میں اس کا استعمال اسقاط حمل کو روکتی اور جنین کی حفاظت کرتا ہے۔ کمزور و نحیف عورتوں کو قابل اولاد بنا دیتا ہے۔ میرے مطب میں یہ نسخہ اکسیر نسائی کے نام سے مشہور ہے۔

**۴-** مشک تبتی کافور ہم وزن آب صمغ کی مدد سے نخودی گولیاں تیار کریں۔ خوراک ۱ سے ۲ گولی ہمراہ آش جو

فوائد:- اختناق الرحم کیلئے اکسیر ہے۔

**۵-** برگ ببول کا جوشاندہ پلانا حائضہ کے خون حیض کو بند کر دیتا ہے:-

# بانجھ پن

(از جناب رئیس الحکماء۔ علامہ۔ پروفیسر ڈاکٹر۔ محمد عبد الشکور صاحب)

مرض بانجھ پن۔ اسے عقم۔ عقر۔ اٹھرا کہتے ہیں۔

**اسباب مرض** :۔ جناب پروفیسر ہنری جیلیٹ ایم۔ڈی اور ماہر علم امراض نسواں پروفیسر ایچارڈ ای لوٹن ہم ایم ڈی مصنف و مولف اے شارٹ پریکٹس آف گائی ناکالوجی نے اپنی اِس تصنیف کے چھٹے اڈیشن کے صـ ۲۵۹ پر لکھا ہے کہ مرض عقم کے اسباب یہ ہیں۔

(۱) امراض متعدی رحم (۲) امراض ورمیہ عضوئے تناسل نسواں (۳) خصیۃ الرحم کے امراض (۴) عمق رحم کے امراض (۵) خصیۃ الرحم کا مفقود ہونا۔ (۶) رحم کا مفقود ہونا۔ (۷) قاذف کا مفقود ہونا۔ (۸) عمق رحم کا اپریشن (۹) کثرتِ مجامعت وغیرہ وغیرہ۔

اس میں بڑے بڑے مشاہیر وقت کے مشاہدات کا نچوڑ ملاحظہ ہو۔

۱۔ پروفیسر ایچ اولاد ڈ ایم ڈی مصنف۔ ریسنٹ ایڈوانس اِن زناٹومی کا مقولہ ہے کہ عقر کا سبب ورم خصیۃ الرحم ہے۔

۲۔ پروفیسر آرنسٹ فریڈ ایم ڈی مصنف اناٹومی آف دی ہیومن اسکلی ٹن کا قول ہے کہ عقم کا باعث ورم قاذف ہے۔

۳ - پروفیسر ای آر بنڈی، ایم، ڈی مصنّف "ٹیکسٹ بُک آف اناٹومی اینڈ فزیالوجی" کا مقولہ ہے کہ عقم کا باعث خصیۃ الرحم کا اخراج ہے۔

۴ - پروفیسر فرنیکون روبرٹس، ایم، ڈی، مصنّف "کسی نوپسیس آف فزیالوجی" فرماتے ہیں کہ عقر کا باعث موٹاپا ہے۔

۵ - پروفیسر ای، جے، کلارک ایم، ڈی، مصنّف "اپلائیڈ فارماکولوجی" کہتے ہیں کہ عقم مرضِ قلّتِ طمث کی وجہ سے ہوتا ہے۔

۶ - پروفیسر، ای، آر، کشنی، ایم، ڈی مصنّف "ٹیکسٹ بک آف فارماکالاجی اینڈ تھیرا پیوٹکس" فرماتے ہیں کہ مرضِ عقم عسر الطمث سے پیدا ہوتا ہے۔

۷ - پروفیسر ڈی وی، کار ایم۔ ڈی مصنّف "سی ناپ سس آف فارماکولوجی" فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث مرض کثرت الطمث ہے۔

۸ - پروفیسر جی، ای، ویلس ایم، ڈی، مصنّف "پریکٹیکل فارماکوگ نوسی" فرماتے ہیں کہ عقم کا سبب استحاضہ ہے۔

۹ - پروفیسر ہنری، بیرنے، ایم ڈی، مصنّف "فارماسیوٹیکل فارمولا ری" فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث مرض نزلیف رحمی ہے۔

۱۰ - پروفیسر جے، ایف، سی، ہیزلم، ایم، ڈی فرماتے ہیں کہ مرض عقم کا باعث مرضِ سیلان الرحم یعنی لیوکوریا ہے۔

۱۱ - پروفیسر ٹیز ہولیٹ ایم، ڈی، ایف، آر، سی، ایس، مصنّف "پرنسپل آف پریوینٹو میڈیسنس" فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث مرضِ اختناق الرحم (باؤگولہ) ہے۔

۱۲ - پروفیسر آر، ایچ سمپسن ایم، ڈی، مصنّف پریکٹیکل بیکٹریالوجی فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث عورتوں کے رحم کی تنگی ہے۔ اس مرض میں عورت کی اندام نہانی اسقدر تنگ ہوتی ہے کہ اسمیں صرف ایک چھوٹی انگلی داخل ہو سکتی ہے۔

۱۳ ۔ پروفیسر جی، ہیڈ فیلڈ ایم، ڈی مصنف ۔ دی سینٹ ایڈوانس ان پیتھالوجی۔ فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث ۔ سوزاک کے جراثیم" ہیں جو مردوں سے منتقل ہوکر عورتوں کے رحم میں پرورش پاتے ہیں اور نطفے کو قرار نہیں پانے دیتے۔

۱۴ ۔ پروفیسر سی، آر، باکس مصنف " پوسٹ مارٹم مینوئل"، ایم ڈی ایف، آر، سی، ایس کا مقولہ ہے کہ مرض عقم کا باعث ورم باطن رحمی ہے۔

۱۵ ۔ پروفیسر سر ایم کریگ، ایم، ڈی، فزیشن گائز ہاسپٹل و مصنف، سائی کالوجیکل میڈی سنز" فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث " ورم عقم رحم" ہے۔

۱۶ ۔ پروفیسر ایچ، ڈلوائن، ایم، ڈی، مصنف" دی سینٹ ایڈوانس ان سائی کے ٹیری" فرماتے ہیں کہ مرض عقر کا باعث " استرخاء رحم" ہے۔

۱۷ ۔ پروفیسر جی، ای، بی، ماونٹ، ایم، ڈی مصنف " السینشیل فار پریکٹیشنز اینڈ میڈی سنز" فرماتے ہیں کہ مرض عقم کا باعث مرض انقباض الرحم ہے۔

۱۸ ۔ پروفیسر چارلس ٹیوبین، ایم، ڈی مصنف " میڈیکل ایمرجینی" اور فزیشن کنگس کالج لنڈن" فرماتے ہیں کہ مرض عقم کا باعث اعوجاج الرحم ہے۔

۱۹ ۔ پروفیسر ڈاکٹر مورا دیڈ ایم، ڈی، مصنف ۔ بلڈ ڈیزیز ان کلینکل پریکٹس" فرماتے ہیں کہ عقم پیدائشی مسدود رحم کے باعث عارض ہوتا ہے۔

۲۰ ۔ پروفیسر ڈاکٹر اے ٹی، گبیہ اون، ایم، ڈی فرماتے ہیں کہ عقم کا سبب رحم کا چھوٹا پن ہے۔

۲۱ ۔ پروفیسر آئی ڈبلیو ہیلڈ ایم، ڈی و (۲۲) پروفیسر ڈاکٹر ایم، ایچ گروس، ایم ڈی، مصنفین ٹیکسٹ بک آف ڈیفرنیشل ڈائگنوسس آف انٹرنل میڈی سنس" کہتے ہیں کہ خصیۃ الرحم کے مسدود ہونے کے باعث مرض عقم پیدا ہوتا ہے۔

۲۳ - پروفیسر ڈاکٹر ہربرٹ ای کف، ایم ڈی مصنف "لیکچرس ان میڈیسن ٹونرسیز" فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث ہبوط الرحم ہے۔

۲۴ - پروفیسر ڈاکٹر آر ڈیرین، ایم۔ڈی، الیف، آر، سی، ایس، مصنف "ٹیکسٹ بک آف سرجری" فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث نفیق مہبل ہے۔

۲۵ - پروفیسر ایریک بیک ایم، ڈی ایف، آر، سی، ایس مصنف سی نوپ سس آف سرجری فرماتے ہیں کہ عقم خروج المہبل کے باعث پیدا ہوتا ہے۔

۲۶ - پروفیسر ٹی، ڈبلیو، ایڈین، ایم، ڈی مصنف مینوئل آف میڈ وائی فری فرماتے ہیں کہ عقم کا باعث مرض ورم الفرج مزمن ہے۔

۲۷ - پروفیسر اے، ڈبلیو، باؤرن ایم ڈی اور (۲۸) پروفیسر ڈاکٹر ٹی بی ڈیویس ایم ڈی اور (۲۹) پروفیسر ڈاکٹر ایل، جی، فلپس ایم ڈی (۳۰) پروفیسر سی ایس، لین آرتھر روپرٹ وغیرہ نے عقم کا باعث ورم مزمنہ نظام تناسل نسواں قرار دیا ہے۔

**اطبائے جاپان کے نظریات**:- (۳۱) پروفیسر ہیروکی چی ٹومورا پریسی ڈنٹ آئی چی میڈیکل یونیورسٹی (۳۲) پروفیسر ڈاکٹر جوکی چی ٹاکامائن موجد ایڈری نے لین اور ٹاکا، ڈائی اس ٹیس (۳۳) پروفیسر وائی کوروساوا ایم، ڈی پریسیڈنٹ کوماموٹو میڈیکل یونیورسٹی جاپان (۳۴) پروفیسر ڈاکٹر ٹوشی ہیرایاما، ایم، ڈی، ڈائریکٹر منچورین میڈیکل یونیورسٹی جاپان (۳۵) پروفیسر شیئو فوگی ٹاموڑا ایم، ڈی پریسیڈنٹ ٹوکیو میڈیکل یونیورسٹی جاپان وغیرہ کا متفقہ مقولہ ہے کہ منی میں حونیات منویہ کا قطعی غائب رہنا یا قطعی پیدا ہی نہ ہونا عورتوں میں عقم کا باعث ہے۔ ان کے نظریے کے مطابق مرد عقر ہوا کرتے ہیں۔ عورتیں نہیں ہوا کرتیں اور یہ مرض عقم مردوں میں ہوا کرتا ہے عورتوں میں نہیں۔

**اطبّائے جرمن کے نظریات :۔** (۳۶) پروفیسر راؤ نڈس برگ (۳۷) پروفیسر وون ریشٹر (۳۸) پروفیسر وون ریش بروک (۳۹) پروفیسر ہیو گور بمیلر (۴۰) پروفیسر وون ہی گمن بیک (۴۱) پروفیسر ہرمین عثمان (۴۲) پروفیسر شیفر کھلبونگ (۴۳) پروفیسر وفن بیرس وغیرہ کا مقولہ ہے کہ دپید ائشی خرابی اعضائے تناسل (مرداں) مردوں میں عقم کا خاص سبب ہے۔ مرد ہی عقم شُوا کرتے ہیں عورتوں میں عقم کم اور مردوں میں عقم زیادہ ہوتا ہے۔

اگر آپ ان جاپانی اور جرمنی مبصروں کے نظریات کی روشنی میں غور فرمائیں تو ہمارا نظریہ بھی ایک حد تک بجا اور درست ثابت ہوگا۔

**دیگر مشاہیر طب کے نظریات :۔** (۴۴) روس کے مایۂ ناز طبیب پروفیسر میکانو لیو ورسکی کا مقولہ ہے کہ جب مرد شادی سے پہلے سوزاک میں مبتلا ہو جاتا ہے اور جرثومۂ سوزاکیہ آلات تناسلی مرداں کی گہرائیوں میں پرورش پا کر منی کے حوینات کو مار ڈالتا ہے تو پھر اس سے نطفہ قرار ہی نہیں پا سکتا۔

اس لئے میرے[۴۵] خیال میں مرض "سوزاک" مزمن خواہ عورتوں میں ہو یا مردوں میں عموماً مردوں ہی سے یہ مرض عورتوں میں منتقل ہوتا ہے۔ مردوں میں عقم کا باعث اور عورتوں میں عقر کا موجب ہوتا ہے۔ (۴۶) سوئٹزرلینڈ کا مشہور طبیب ہاف مین لاروش کہتا ہے کہ عقم کا نوے فیصدی باعث مردوں میں نامردی ہے۔ (۴۷) فرانس کا مشہور پروفیسر پیرڑے بائی لا۔ کہتا ہے کہ (بانجھ پن) یا عقم کا باعث غدہ قدامیہ کا ورم ہے۔

## بانجھ عورت ہے یا مرد!

**مرد کی پہچان :۔** اطبّائے قدیم نے مرد "بانجھ" ہونے کی تصدیق

یوں کی ہے کہ (۱) اگر مرد اپنی منی کو پانی میں چھوڑے اور وہ تیرنے لگے تو سمجھنا چاہیئے کہ مرد بانجھ ہے اور (۲) ایک مٹی کی ہانڈی میں تھوڑی مٹی ڈالکر اس میں تخم باقلا، جو یا گیہوں کے دس دس دانے کاشت کریں اور اس برتن میں مرد روزانہ پیشاب کرے یعنی مرد کو اپنے پیشاب سے اس کھیتی کو سینچنا چاہیئے۔ اگر اس عمل سے کچھ دنوں بعد پودا اگ آئے تو سمجھنا چاہیئے کہ مرد ہرگز بانجھ نہیں۔ اور اگر پودا نہ اُگے تو سمجھ لینا چاہیئے کہ مرد ضرور بانجھ ہے۔

(۳) اگر مرد کی منی میں تھوڑا سا شہد ملا کر کاغذ کی بتّی بنا کر جلائیں اور فوراً جل اُٹھے تو سمجھنا چاہیئے کہ مرد بانجھ ہے اور اگر نہ جلے تو مرد بانجھ نہیں۔

**عورت کی پہچان:۔** ۱۔ اگر عود غرقی کا دھواں عورت کے رحم میں پہنچایا جائے اور اس کی ناک تک خوشبو نہیں پہنچے تو اس علامت سے یہ سمجھ لینا چاہیئے کہ عورت بانجھ ہے۔ (۲) اگر لہسن کا حمول عورت کو کرایا جائے اور عورت اُو محسوس نہ کرے تو سمجھ لیں کہ عورت بانجھ ہے۔ (۳) مٹی کی ہانڈی میں دس دس دانے گیہوں، جو اور باقلا کے کاشت کریں اور عورت اپنے پیشاب سے روزانہ اُسے سینچے اور کچھ مدت بعد اگر پودے اُگ آئیں۔ تو عورت بانجھ نہیں اور نہ اُگیں تو بانجھ ہے۔

## بانجھ پن

**اسباب بانجھ پن:۔** اطبّائے قدیم کا فیصلہ یہ تھا کہ یہ مرض صرف عورتوں کو ہی لاحق ہوا کرتا ہے۔ جس سے وہ اولاد پیدا کرنے کے قابل نہیں رہتیں۔ مگر موجودہ محققین نے یہ ثابت کر دیا کہ مرد بھی بسا اوقات عقیم ہو جایا کرتے ہیں۔ اطبّائے یونانی بھی اس کلیّہ کو تسلیم کر چکے ہیں۔ کہ یہ مرض مردوں میں بھی پایا جاتا ہے۔

**اسباب بانجھ پن عورتوں میں** :- مندرجہ ذیل اسباب عورتوں میں عقر پیدا کرتے ہیں - (۱) قلتِ طمث یعنی حیض کا بہت کم آنا - (۲) عُسر الطمث یعنی حیض کا تنگی سے آنا (۳) کثرۃ الطمث یعنی حیض کا کثرت سے آنا - (۴) استحاضہ (۵) ورم رحم (۶) سیلان الرحم (۷) ورم باطن رحمی (۸) عدم گردن رحم (۹) استرخاء رحم (۱۰) انقباض الرحم (۱۱) اعوجاج الرحم (۱۲) ہبوط الرحم (۱۳) تضییقِ مہبل (۱۴) خروج المہبل (۱۵) ورم مہبل (۱۶) ورم الفرج (۱۷) ورم خصیۃ الرحم (۱۸) عمل جراحت کے ذریعہ "رحم" کو کاٹ کر نکال دینا -

**اسباب بانجھ پن مردوں میں** :- (۱) پیدائشی خرابی مثلاً اعضائے تناسل کا بالکل چھوٹا رہنا یا خصیتین کا غائب رہنا - یا ایک خصیہ کا موجود اور دوسرے کا غائب ہو جانا - (۲) منی میں حیواناتِ منویہ کا قطعی نہ ہونا -

موجودہ وقت کے سو فیصدی ڈاکٹروں کا نظریہ یہ ہے کہ مردوں میں عقر یا عقم کا سب سے بڑا سبب منی میں حیواناتِ منویہ کا مفقود ہو جانا ہے" اور حقیقتِ امر ہے بھی یہی اسلئے کہ یہی حیواناتِ منویہ نطفہ کو قرار پانے میں معین و مددگار ہوتے ہیں اور جنین بھی انہی مادہ منویہ حیوانات کے خمیر پر استقرار پاتا ہے - پس اگر منی میں مادہ حیوانات نہ ہوگا تو کبھی بھی نطفہ قرار نہیں پا سکتا - اور وہ مرد ضرور عقیم یا بانجھ کہلائے گا - لیکن مردوں کے عقیم ہونے پر کسی کو خیال نہیں ہوتا - بلکہ اس مرض کا موجب عورت ہی قرار پاتی ہے - (۳) سوزاک مزمن (۴) نامردی (۵) ورم غدد قدامیہ یعنی منی کے خزانہ والی تھیلی کا ورم -

**بانجھ پن کا مکمل وشافی علاج** :- اگر بانجھ پن کا باعث پیدائشی نقص اعضائے تناسل مرداں و نسواں ہے تب تو خیر ورنہ اور تمام نقائص کو دور کر کے مرد یا عورت کے دائمی عقم کو نیست و نابود کر کے ان میں اولاد پیدا

کرنے والے مجرب المجرب نسخہ جات درج ذیل ہیں۔ جنہیں ہر موسم میں استعمال کر کے خدا تعالےٰ کے حکم و کرم سے اولاد نرینہ کے باپ کہلانے کے لئے تیار و منتظر رہیں۔

**حب تریاق عقم عنبری** :۔ عنبر اشہب۔ یاقوت رمانی۔ مشک خالص کافور قیصوری مدبر در سر ماہی سول ہر ایک ۳ ماشہ۔ پارہ گجراتی ۶ ماشہ۔ جوز بوا۔ بسباسہ۔ حلیتت مدبر ۶ ماشہ۔ لاجورد مغسول ۶ ماشہ۔ زعفران کشمیری ا تولہ مروارید ناسفتہ ۳ ماشہ۔ زہر مہرہ خطائی اصلی ۳ ماشہ ان ادویات کو دس یوم تک متواتر کھرل کریں۔ بعدہٗ ایکسٹریکٹ سائی نوفینامی نین ہائیڈر کلورد ۱۵ گرین اضافہ کر کے حبوب بقدر مونگ تیار کرا کر خشک کر کے شیشی میں محفوظ رکھیں۔ گولیوں پر ورق طلا ضرور چڑھالیں۔ ایک گولی صبح ایک گولی شام ہمراہ آب سرد مریضہ کو کھلائیں۔

**حب تریاق عقم لولوی** :۔ ایکیولان ۱۵ گرین۔ آرسی ناگول ۵ گرین۔ عاقر قرحا ۳ ماشہ۔ جدوار خطائی ۳ ماشہ۔ طباشیر کبود ۳ ماشہ۔ زہر مہرہ خطائی ۳ ماشہ۔ زعفران کشمیری ۳ ماشہ۔ فرفیون ۳ ماشہ۔ زمرد ۳ ماشہ ورق طلا ۳ ماشہ۔ ورق نقرہ ۳ ماشہ۔ جاؤشیر ۳ ماشہ۔ غاریقون معرل ۳ ماشہ کوفتہ بیختہ سفوف ساختہ ہمراہ عرق کیوڑا ۲ تولہ۔ عرق گلاب ۳ تولہ سہ یوم متواتر کھرل نمودہ۔ سحق بلیغ کردہ مغز گھیکوار بقدر ضرورت اضافہ کردہ حبوب بقدر مونگ بستہ نگہدارند۔ مقدار خوراک۔ ا گولی روزانہ شب کو سوتے وقت ہمراہ عرق بید مشک کھلائیں۔

**حمول عقم معین الحمل** :۔ جوہر مازو ولایتی۔ سک اصلی ۶-۶ ماشہ الیفاز وغم ہائیڈرو کلورینم ہاف ڈرام۔ مصطگی رومی ۶ ماشہ۔ مشک خالص

۳ ماشہ - جند بیدستر ۳ ماشہ - گلنار فارسی ۶ ماشہ - برادہ دندان فیل ۶ ماشہ سرمہ سیاہ ۶ ماشہ - کوفتہ بیختہ سفوف ساختہ در شہد خالص بقدر حز مدت سرشتہ پارچہ لت کردہ حمول نمایند -

(نوٹ) یہ حمول ۵ اروز تک استعمال کرانا چاہیئے۔

**ضماد عقم معین الحمل** :- گل بابونہ - ناخونہ - عبر زرد - گلسرخ ۳ - ۳ ماشہ - گل اٹیسو ۵ تولہ - نکوئے خشک ۳ تولہ - انجیر زرد ۳ تولہ گل مختوم ۳ تولہ - گل ارمنی ۳ تولہ - مغز تخم بیدانجیر ۳ تولہ در آب سائیدہ باریک نمودہ روغن احمر ۵ تولہ اضافہ کردہ سینامی نین ہائیڈر وکلور ۲۳ گرین آمیختہ نگہدارند :- ۳ تولہ ایں ضماد گرفتہ بر عانہ ضماد نمایند - صبح و شام

(نوٹ) یہ ضماد پندرہ یوم کے لئے کافی ہے۔

**شافی علاج عقم مرداں** :- موجودہ سائنس کی حیرت انگیز تریاق الاثر مجرب المجرب مایہ ناز ادویات جن کے نام و تراکیب حسب ذیل ہیں۔ مریضہ کو تو شافی علاج نسواں حسب ہدایت استعمال کرائیں اور اپنے خود کیلئے مندرجہ ذیل ترقیات استعمال میں لائیں اور قدرت خداوندی کا کرشمہ ملاحظہ فرمائیں۔

(۱) **ڈیگوریٹ پلز سلور** :- تین فائل کسی مشہور دوا فروش کے ہاں سے خرید لیں اور روزانہ بلاناغہ اس جادو اثر گولیوں کا استعمال شروع کر دیجئے - دو گولیاں صبح سویرے اور دو گولیاں رات کو سوتے وقت ہمراہ شیر گاؤ نوش فرمائیے۔

(۲) **ایلکٹرول** :- ۲ فائل ایلکٹرول یعنی مایہ ناز طلا جو فی الحقیقت بجلی جیسی طاقت اور کرنٹ رکھنے والا بے عدیل طلا ہے - جو تمامی نقائص اعضائے تناسل کو برقی اثر سے دور کر کے قابل فخر مرد بنا دینے کا زبردست پاور رکھتا ہے اور موجودہ جرمنی سائنس کا نچوڑ ہے اسے متواتر استعمال میں لائیں - پرچہ ترکیب استعمال ہمراہ ہوتا ہے -

(از جناب حکیم حاجی مجید احمد صاحب طبیب حاذق ناروی)

انسانی بارروری بھی جمیع نباتات اور حیوانات کے سلسلۂ توالد و تناسل کے طریقہ پر ہے۔ جسطرح مذکر نباتات کا عضو بذریعہ ہوا یا بعض حشرات الارض کے واسطے سے منتقل ہو کر مؤنث نباتات کے عضو پر جاکر متمکن ہو جاتا ہے۔ بالکل اسیطرح انسانی بیضوی کی باروری کی کیفیت ہے۔ اور چونکہ عورت بھی عالمِ حیوانات کے دیگر مؤنث طبقہ میں شامل ہے اسلئے یہ بھی انہیں کیطرح فعل تبویض انجام دیتی ہے اور یہی انڈے یا بیضہ انثی جب کرمِ منی سے واصل ہوتے ہیں۔ تو استقرارِ حمل عمل میں آتا ہے۔

بیضۂ انثیٰ :۔ یہ عورت کے مادۂ تولید میں نہایت چھوٹا سا کیسہ ہے جسکے اندر مادۂ حیات ہوتا ہے۔ یہ خصیۃ الرحم میں پیدا ہوتا ہے۔ اور بوقتِ ضرورت قاذف نالی کے راستے جوفِ رحم میں پہنچ جاتا ہے۔ اس کے غلاف کے دو طبق ہوتے ہیں۔ اور اس کے نیوکلی اُس کو نقطۂ جرثومیہ کہتے ہیں۔ بیضۂ انثیٰ کے غلاف میں نہایت باریک دھاریاں اور سوراخ ہوتے ہیں۔ جن کے راستے کرم منی اس میں داخل ہو کر بیضۂ انثیٰ کو بارور کرتا ہے۔

کرمِ منی :۔ مرد کے مادۂ تولید میں ایک چھوٹا سا کیسہ ہوتا ہے۔ جسکا سر

چپٹا اور نیزے کیطرح نوکدار ہوتا ہے۔ یہی سر بیضۂ اُنثیٰ کے غلاف کے باریک سوراخوں میں داخل ہو جاتا ہے۔ یہ دم کے ذریعے حرکت کرتا اور آگے بڑھ سکتا ہے۔ مناسب حالات میں اندام نہانی کے اندر کئی روز تک زندہ رہ سکتا ہے۔ جوہر حیات کرم منی کے سر میں ہوتا ہے۔ اگر اتفاق سے بیضۂ اُنثیٰ میں کوئی دوسرا کرم منی بھی داخل ہو جائے۔ تو بچہ عجیب الخلقت پیدا ہوتا ہے۔

آغاز شباب اور سن یاس کے درمیانی زمانہ میں قریباً چار سو پختہ بیضوں کی پیدائش کا امکان ہے۔ پھر ان سے بھی بہت قلیل تعداد بارور ہوتی ہے۔

پیدائش پر خصیۃ الرحم میں قریباً ستر ہزار ناپختہ دانے یا حویصلات موجود ہوتے ہیں جن کی مقدار جوانی میں مٹر کے دانے کے برابر ہو جاتی ہے۔ ان سے بہت کم پختگی کو پہنچتے ہیں۔ شروع میں یہ خصیۃ الرحم کی بہت گہرائی میں واقع ہوتے ہیں۔ پھر بڑھتے بڑھتے بالائی سطح پر آجاتے ہیں۔ اوسطاً ایک حویصلہ اٹھائیس ۲۸ روز میں نضج پاکر ٹوٹتا ہے۔ جب حویصلہ ٹوٹتا ہے تو اس کے اندرونی مادہ اور بیضۂ انثیٰ کا اخراج ہو کر اس مقام پر خصیۃ الرحم میں ایک غار پیدا ہو جاتا ہے۔ جس میں ایک غدودی ساخت پیدا ہو جاتی ہے۔ جسے جسم اصفر کہتے ہیں۔ یہ ایک خاص قسم کا مواد تیار کرتا ہے جس سے جسم اور پستان میں بالیدگی واقع ہو جاتی ہے۔ اگر اس مواد کو کسی غیر حاملہ عورت کے جسم میں داخل کر دیا جائے۔ تو حمل کاذب کی علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔ یہاں تک کہ دودھ تک پیدا ہو جاتا ہے۔ چونکہ حمل میں رحمی تغیرات اور حیض کی بندش اسی کے سبب سے واقع ہوتی ہے لہٰذا کہا جا سکتا ہے۔ کہ جسم اصفر حیض کی آمد کو روکتا ہے۔

**حیض:۔** جب حویصلہ کی پختگی کا زمانہ قریب آتا ہے۔ تو اسوقت طبیعت عورت کے اندرونی اعضائے تناسل کیطرف دورانِ خون تیز کر دیتی ہے۔

اور وہاں اجتماعِ خون ہو جاتا ہے۔ تاکہ جو بیضہ میں جلد اور کامل طور پر نفنج ہو جائے۔ پھر جب نفنج واقع ہو کر جو بیضہ ٹوٹتا ہے۔ تو ساتھ ہی ادرار خون بھی ہو جاتا ہے۔ جسے حیض کہتے ہیں۔

حیض اس بات کی علامت ہے کہ اب عورت میں اولاد کی مکمل قابلیت اور بارآوری کی استعداد پیدا ہو گئی ہے۔ گرم ممالک میں نویں سے بارھویں سال تک حیض شروع ہو جاتا ہے۔ لیکن سرد ممالک میں سولہ سترہ سال کی عمر میں جاری ہوتا ہے۔ معتدل مقامات میں ان دونوں کے درمیانی وقت مقرر ہے۔ شہروں میں رہنے والی عورتیں دیہات کی عورتوں کی نسبت جلدی حائضہ ہو جاتی ہیں۔ شمالی امریکہ کی عورتوں کا حمل سوا حیض ایام سرما میں بالکل رک جاتا ہے۔ حیض کی آمد کا سلسلہ ۴۸ سال کی عمر تک بند ہو جاتا ہے۔ شاذ و نادر چھ سال کی لڑکیوں کو اور ۶۰ سال کی عورتوں کو بھی حیض آتا ہے۔ حیض ہر ۲۸ روز کے بعد آیا کرتا ہے۔ لیکن بعض عورتوں کو ۲۰ روز بعد اور بعض کو ۳۲ روز بعد بھی آیا کرتا ہے۔ حیض ۳ سے ۶ دن تک جاری رہتا ہے۔ اور شاذ و نادر دس روز تک بھی آیا کرتا ہے۔ حیض کے خون کی اوسط مقدار ۱۰ تولہ سے ۲۵ تولہ تک اندازہ کی گئی ہے۔

ایامِ حمل اور ایامِ رضاعت میں عام طور پر حیض منقطع ہو جایا کرتا ہے۔ لیکن کچھ عرصے کیلئے تھوڑا سا جاری بھی ہو جاتا ہے۔

ایامِ حیض میں عورتوں کے نفسانی اور وجدانی تاثرات قوی ہو جاتے ہیں۔ طبیعت راحت اور آرام کیطرف زیادہ راغب ہوتی ہے۔ ان دنوں میں مردوں کو عورتوں کی زیادہ دلجوئی کرنی چاہیئے۔ حیض سے چند روز پیشتر عورتوں کو مباشرت کی جانب زیادہ رغبت ہوتی ہے۔ یہ وقت استقرارِ حمل کے لئے زیادہ موزوں ہوتا ہے۔ حیض جاری ہو جانے پر یہ کیفیت جاتی رہتی ہے۔ یہاں

تک کہ حیض کے خون کے انقطاع کے بعد پھر میل جنسی از سرِ نو پیدا ہو جاتا ہے کیونکہ یہ بھی استقرارِ حمل کا خاص زمانہ ہوتا ہے۔ لیکن حائضہ سے مباشرت کرنا سخت مضرِ صحت ہے۔ پرہیز نہ کرنیوالے جریان، سوزاک اور آتشک میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ سستی اور ورزش نہ کرنیوالی عورتوں کو حیض زیادہ دنوں تک جاری رہتا ہے۔ چست و چالاک عورتوں میں حیض کی قلت ہوتی ہے۔ فربہ اندام قلیل الشہوت عورتوں میں بھی حیض کی کمی ہوتی ہے۔ عیش پرست متمدن عورتیں جو رات بھر سینما اور تھیٹروں میں وقت گزارتی ہیں ہمیشہ غیر منظم طور پر حیض آیا کرتا ہے۔ دیہاتی عورتوں میں بہت کم ایسی شکایت سُنی گئی ہے۔

حیض کبھی طبعی راستہ سے نہیں بلکہ ناک آنسوؤں کی گلٹیوں سر پستان اور امعائے مستقیم یا دیگر اطراف سے خارج ہوتا ہے۔ عموماً تناسلی لذائذ کی زیادتی۔ شہوانی خیالات۔ چاء قہوہ وغیرہ کی کثرت نیز ایامِ حیض میں سرد اشیاء برف وغیرہ کا استعمال حیض میں بدنظمی پیدا کر دیتا ہے۔

**کیفیت استقرارِ حمل** :۔ جب بیضہ اُنثےٰ خصیۃ الرحم سے جدا ہو کر قاذف نالیوں میں پہنچتا ہے اور اسوقت مباشرت کیجاتی ہے تو انزال کے بعد کرم منی رحم میں داخل ہو کر قاذف نالی تک پہنچ جاتے ہیں جہاں پر بیضہ اُنثےٰ کے حسن اتصال سے استقرارِ حمل ہو جاتا ہے۔ یہ اتصال قاذف نالیوں کے آزاد سرے کے پاس ہوتا ہے۔ یہاں ایک ہفتہ تک بیضہ انثےٰ ٹھیر کر رحم میں پہنچکر کسی جگہ ٹھیر جاتا ہے۔ بعض اوقات استقرارِ حمل خصیۃ الرحم میں ہو کر قاذف ہی میں رہ جاتے ہیں۔ جس سے عورت اور بچہ دونوں نذرِ اجل ہو جاتے ہیں۔ استقرارِ حمل کے بعد کام کاج میں جی نہیں لگتا۔ منہ سے بکثرت تھوک نکلتا ہے۔ جی متلاتا

ہے۔ قے آتی ہے۔ شرمگاہ سے لیسدار رطوبت بہتی ہے۔ گوشت کے کھانے سے طبیعت نفرت کرتی ہے۔ غرضیکہ عورت کے مزاج میں ایک نمایاں فرق پیدا ہو جاتا ہے۔

**مدتِ حمل** :۔ مدتِ حمل عام طور پر ۹ ماہ مشہور ہے۔ مگر صحیح طور پر ۲۸۰ دن مقرر کیگئی ہے۔ اگر ہر مہینہ ۳۰ دن کا شمار کیا جائے تو ۹ مہینے ۸ دن کے بعد بچہ پیدا ہوتا ہے۔ لیکن دو سال کے بعد بھی بچے پیدا ہوتے دیکھے گئے ہیں۔ اسی لئے شریعت نے حمل کی کم از کم مدت ۶ ماہ اور زیادہ سے زیادہ دو سال مقرر کی ہے۔

**اقسامِ حمل** :۔ حمل کی عموماً آٹھ قسمیں شمار کی جاتی ہیں۔ حمل صادق۔ حمل کاذب۔ حملِ بسیط۔ حملِ توام۔ حملِ مرکب۔ حمل علی العمل۔ حملِ طبعی۔ حملِ غیر طبعی۔

**حملِ صادق** اور **حملِ طبعی** جب نطفہ رحم میں پہنچکر نشوونما پاتا ہے اور پورے نو مہینے اور کچھ دن بعد تندرست پیدا ہو۔

**حمل کاذب** :۔ جس میں گوشت کا لوتھڑا یا کوئی دوسری شئے جنین کیطرح نشوونماء پاتا ہے۔

**حملِ بسیط** :۔ جب رحم میں ایک بچہ ہو۔ اور جب دو بچے ہوں تو حمل توام اور اگر دو سے زیادہ ہوں تو حملِ مرکب کہتے ہیں۔

**حمل علی العمل** :۔ جب ایک ٹھہرے ہوئے حمل کے بعد دوسرا حمل ٹھہر جائے۔

**حملِ غیر طبعی** :۔ جس میں نطفہ کا استقرار خصیۃ الرحم میں ہو۔ اور وہیں یا قاذف میں ٹھہر جائے۔

**حمل پر گرہن کا اثر** :۔ اس کی کوئی توجیہ بیان نہیں کیجا سکتی۔ لیکن کئی ایسے واقعات مشاہدہ میں آتے رہتے ہیں۔ جنہیں گہن کیطرف منسوب کیا جاتا ہے۔

اکثر گھر کی بڑی بوڑھی عورتیں حاملہ کو گرہن دیکھنے یا اسوقت چلنے پھرنے کی ممانعت کر دیتی ہے۔

۱۔ ایک حاملہ عورت سورج گرہن کیوقت چھالیہ کاٹ رہی تھی۔ جب اُسکے بچی پیدا ہوئی۔ تو اُسکے کان کا نچلا حصّہ کٹا ہُوا پایا گیا۔

۲۔ ایک حاملہ عورت سورج گرہن کیوقت حقّہ پی رہی تھی۔ جب بچہ پیدا ہُوا۔ تو اسکا منہ بالکل اسیطرح تھا۔ جیسا حقہ پیتے وقت ہوتا ہے۔

۳۔ ایک حاملہ چاند گرہن کیوقت گرہن کو بغور دیکھ رہی تھی۔ اس کے نابینا بچہ پیدا ہُوا۔

**مصنوعی حمل**:۔ عورتوں پر مصنوعی حمل کے بھی بہت سے تجربے کئے گئے ہیں۔ جن سے کافی کامیابی ہوتی ہے۔ چنانچہ ایک شخص کے پیشاب کے سوراخ کا رُخ کسیقدر نیچے کیطرف تھا۔ جس سے نطفہ قرار نہیں پا سکتا تھا۔ اُس نے ڈاکٹر کے مشورہ سے مادہ منویہ کا کچھ حصّہ دیکر بذریعہ پچکاری عورت کے جبل میں پہنچایا۔ تجربہ کامیاب رہا۔ اس کے بعد برابر تجربے ہوتے رہے۔ اور کامیابی ہوتی رہی۔ اس مادہ کا درجہ حرارت ۳۸ تا ۴۰ تک ہونا چاہیئے۔

## مجرّبات

(۱) **معجون فوفل خاص**:۔ سیلان الرحم۔ ضعف رحم کا اس کے استعمال سے خاتمہ ہو جاتا ہے۔ رحم کی بگڑی ہوئی حالت درست ہو جاتی ہے۔ ڈیڑھ دو ماہ کے استعمال سے عورت میں پھر نوجوانی آجاتی ہے۔ استقرار حمل کی قابلیت پیدا ہو جاتی ہے۔

**صفت**:۔ فوفل دکھنی ۲۰ تولہ۔ خرمہ خشک دو د نمودہ ۲۰ تولہ کو باریک کرکے تین پاؤ گائے کے دودھ میں ابال کر کھویا بنائیں پھر ایک چھٹانک گائے

کے گھی میں بھون لیں اور مونگ مقشر کا آٹا ۲۰ تولہ نیز سنگھاڑہ خشک ۲۰ تولہ کا آٹا لیکر اس کو بھی گائے کے ۲۰ تولہ گھی میں بھون کر کھوئے میں ملائیں۔ پھر شکر سفید ۵۴ تولے ملا کر قوام پر لائیں اور مندرجہ ذیل دواؤں کا سفوف بنا کر شامل کریں بعد میں زعفران کھرل کر کے اور کشتہ جات شامل کریں۔ عذبہ ۶ ماشہ کمر مادر ج ۶ ماشہ۔ گل فوفل ۶ ماشہ۔ گل دھاوا ۶ ماشہ۔ گل پستہ ۶ ماشہ۔ صمغ عربی بریاں ۶ ماشہ۔ صمغ چینی ۶ ماشہ۔ تخم تالمکھانہ ۶ ماشہ۔ بہمن سیاہ ۶ ماشہ۔ خستہ تمر ہندی مقشر ۹ ماشہ۔ مازوسبز ۶ ماشہ۔ جوز بوا ۳ ماشہ۔ بسباسہ ۳ ماشہ۔ قرنفل ۳ ماشہ زنجبیل ۳ ماشہ۔ دانہ الائچی خورد ۳ ماشہ۔ طباشیر کبود ۳ ماشہ۔ پوست ببول ۶ ماشہ خارخسک خورد ۶ ماشہ۔ صمغ سنبل ۶ ماشہ۔ دارچینی ۳ ماشہ۔ ثعلب مصری ۹ ماشہ شقاقل مصری ۹ ماشہ۔ مصطگی اصلی ۳ ماشہ۔ زعفران ۳ ماشہ۔ کشتہ قلعی ۱ تولہ۔ کشتہ پوست بیضہ مرغ ۶ ماشہ۔ کشتہ شنگرف ۶ ماشہ۔

طریقہ استعمال :۔ یہ معجون ۶ ماشہ سے ایک تولہ تک ڈیڑھ پاؤ گائے کے دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔

(۲) حب مدر حیض :۔ ان گولیوں کے استعمال سے ادرار حیض ہو جاتا ہے ہر حالت میں مفید ہیں۔ اگر احتباس کی پرانی شکایت ہو تو دو ماہ متواتر انکا استعمال کریں۔

صفت :۔ مصبر ۶ ماشہ۔ زراوند مدحرج ۶ ماشہ۔ زعفران ۳ ماشہ۔ افسنتین رومی ۳ ماشہ۔ ہیرا کسیس ۳ ماشہ سب کو کھرل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنائیں۔

طریقہ استعمال :۔ ایک گولی صبح ایک شام کو تازہ پانی سے کھائیں۔ اگر دو دو گولیاں بھی استعمال کرائی جاتی ہیں۔

۳۔ حب نونہال :۔ اگر عورت بیالیس سال کی عمر کو بھی پہنچ گئی ہو

اور اب تک حمل نہ ٹھہرا ہو تو اس کے استعمال سے حاملہ ہو جائے گی۔ ایسے نسخے حکیم مشرق کی خاطر پیش کئے جا رہے ہیں۔ قدر کیجئے۔

صفت :۔ مشک اصلی ۲ سرخ۔ افیون ماشہ ۱۔ جوزبوا ماشہ۔ زعفران ماشہ برگ قنب ۲ ماشہ ۲ سرخ۔ قند سیاہ کہنہ ۵ ماشہ ۲ سرخ۔ کات سفید ۵ ماشہ ۲ سرخ فوفل گجراتی ۲ عدد۔ قرنفل ۴ عدد۔ سب دواؤں کو کوٹ چھان کر قند میں گوندھ کر گولیاں بقدر کنار دشتی بنائیں۔ حیض ختم ہونے کے بعد تین دن تک ایک ایک گولی کھلائیں اور قدرت خداوندی کا کرشمہ ملاحظہ فرمائیں۔

۴۔ **حمول اکسیر صفت** :۔ یہ نسخہ رحم کا پورے طور پر تنقیہ کرتا ہے۔ دردِ رحم بادی اور ورمِ رحم کا ایک ہفتہ میں نام و نشان مٹا دیتا ہے۔ پرانے سیلان الرحم میں ایک ہفتہ اس نسخہ کو استعمال کرانے کے بعد معجون فوفل خاص کا استعمال کرائیں تو جلد شفا ہوگی۔

صفت :۔ باؤ بڑنگ ۲ تولہ۔ نمک لاہوری ۲ تولہ۔ سمندر پھین ۲ تولہ بیروزہ خشک ۲ تولہ مثل مائدہ کر کے سفوف بنا کر رکھیں۔

طریقہ استعمال :۔ بیر کی گٹھلی کے برابر تین پوٹلیاں بنا کر رحم کے ارد گرد اور نیچے کی جانب رکھیں۔ دوسرے وقت پھر پوٹلیاں تبدیل کریں۔

۵۔ **کشتہ سنگجراحت** :۔ یہ کشتہ استحاضہ۔ بواسیر۔ بول الدم۔ جریانِ مرداں و زناں۔ کثرتِ حیض، نفث الدم کیلئے اکسیر ہے اسکے استعمال سے لیریا بھی رفع ہو جاتا ہے۔ عمدہ قسم کا سنگجراحت ۲۰ تولہ لیکر بکری کے دودھ میں دن بھر کھرل کر کے جوتہ میں بند کر کے ۲ سیر پاچلا دستی کی آگ دیں۔ آگ سرد ہو جائے تو نکالکر جنگلی گوبھی کے شیرہ میں تین روز کھرل کر کے خشک کریں اور پھر بوتہ میں بند کر کے پندرہ سیر اُپلہ صحرائی کی آگ دیں کشتہ تیار ہوگا۔

طریقہ استعمال :۔ بیر کی گٹھلی کے برابر پوٹلیاں بنا کر رحم کے ارد گرد اور نیچے کیجانب رکھیں۔ دوسرے وقت پھر پوٹلیاں تبدیل کریں۔

# مجرّباتِ خصوصی

(تشنیع المعالجات علّامہ پروفیسر حکیم ڈاکٹر محمد عبدالشکور صاحب)

۱۔ **سفوف اکسیر حابس الطمث:**۔ نسخہ:۔ طباشیر کبود ۲ تولہ۔ گل ارمنی ۲ تولہ۔ کہربائے شمعی ۱ تولہ۔ دم الاخوین ۲ تولہ کوٹ چھان کر کلبیسم لیکٹیٹ ۳ ڈرام باہم مخلوط کر کے رکھ چھوڑیں۔

**فوائد۔ افعال و منافع:**۔ مہینہ میں کئی کئی بار حیض جاری ہونے۔ رحم سے خون آنے کیلئے اکسیر صفت ہے۔ خون کو بند کر کے وقت مقررہ پر جاری کرتی ہے۔ کثرت طمث کیلئے اکسیر ہے۔

**ترکیب استعمال۔ خوراک و پرہیز:**۔ دن میں تین بار صبح، دوپہر، شام ۶-۱ ماشہ پانی کے ہمراہ کھلائیں۔ نمک، مرچ اور ترش چیزیں بند کریں۔

۲۔ **حب اکسیر مانع حمل:**۔ نسخہ:۔ گھونگچی سفید ۶ ماشہ۔ حب کاکنج ۶ ماشہ۔ تخم نیل جنگلی ۶ ماشہ۔ جند بیدستر ۳ ماشہ علیحدہ علیحدہ باریک کر کے کھرل میں ڈالیں اور عرق بید مشک ۲۰ تولہ میں خوب گھوٹیں۔ جب عرق خشک ہو جائے اس کی مٹر کے برابر گولیاں تیار کر کے رکھ چھوڑیں۔

**فوائد۔ افعال و منافع:**۔ حیض سے فارغ ہوتے ہی یہ گولیاں سات روز تک کھلائیں۔ ایک گولی صبح ناشتہ کے بعد اور ایک گولی شب کو

سوتے وقت پانی کے ہمراہ۔ انشاء اللہ ہرگز حمل قرار نہ پائیگا۔

**ترکیب استعمال:۔** برتھ کنٹرول کی اکسیر دوا ہے۔ اگر پندرہ روز تک متواتر کھلائیں تو ہمیشہ کیلئے عورت بانجھ ہو جائیگی۔

**۳۔ عرق اکسیر اختناق الرحم یا ہسٹریا:۔ نسخہ:۔** عود صلیب ۵ تولہ اصلی کوٹ کر کپڑے میں چھان کر شب کو ۸ اونس الکوحل خالص میں بھگو دیں۔ علی الصباح خوب مل کر کپڑے میں چھان لیں۔ اس میں ۸ ڈرام پیکاکس برومائیڈ اور ۸ ڈرام پاسم برمائیڈ ڈالکر حل کر کے شیشی میں رکھ چھوڑیں۔

**فوائد:۔** مرض ہسٹریا، باؤ گولہ یا اختناق الرحم کیلئے یہ دوا اکسیر ہے۔ دس روز بعد ہی دورے بند ہو جاتے ہیں۔ ایک ماہ تک متواتر استعمال کرائیں۔

**ترکیب استعمال:۔** دن میں تین بار دس دس قطرے پانی میں ڈالکر پلائیں۔ ترش اور بادی اشیاء سے پرہیز۔

**۴۔ سفوف اکسیر سیلان الرحم:۔ نسخہ:۔** اسگندھ ناگوری ۱ تولہ۔ سنگھاڑا خشک ۱ تولہ۔ گل دھاوا ۱ تولہ۔ صمغ ڈھاک ۱ تولہ۔ طباشیر کبود ۱ تولہ۔ الائچی خورد مسلم ۱ تولہ۔ تخم تخم ۱ تولہ کوٹ چھانکر نبات سفید ۵ تولہ۔ ایسڈ ٹینک ہاف ڈرام (جوہر مازو) کھرل کر کے باہم ملا کر رکھ چھوڑیں۔

**فوائد:۔** سیلان الرحم کیلئے یہ دوا اکسیر صفت ہے۔ سفید پانی کا آنا بند ہو جاتا ہے اور جملہ شکایات متعلقہ لیکوریا دفع ہو جاتی ہیں۔ بیس سالہ تجربہ ہے۔

**ترکیب استعمال:۔** دن میں تین بار تین تین ماشہ پانی کے ہمراہ کھلائیں۔ ترش چیزوں سے پرہیز لازم ہے۔

**۵۔ تریاق شباب:۔ نسخہ:۔** گل بابونہ ۲ تولہ۔ ناخونہ ۲ تولہ۔ مکو خشک ۲ تولہ۔ مغز فلوس خیار شنبر ۲ تولہ۔ گل ڈھاک ۲ تولہ

مازوئے سبز ۵ تولہ - مغز خایۂ ابلیس (کرنجوہ) ۳ تولہ - ٹینک ایسڈ ایک ڈرام گیلک ایسڈ ایک ڈرام - ان تمام ادویات کو کوٹ چھانکر کھرل میں حل کر کے روغن زیتون آب تازہ میں نرم آنچ پر پکائیں - جب پانی خشک ہو جائے اور تیل رہ جائے چھان کر بوتل میں رکھ چھوڑیں -

**فوائد :-** یہ دوا لٹکے ہوئے بڑے، بدنما بدشکل یا سوکھے ہوئے پستانوں کو اصلی حالت پر لے آتی ہے اور اُن کے اندرونی غدود کو نئی زندگی بخشتی ہے -

**ترکیب استعمال :-** رات کو سوتے وقت پستانوں پر اچھی طرح لگا کر آہستہ آہستہ مالش کریں - بس کافی ہے -

**۶ - اکسیر پرسوت :- نسخہ :-** جدوار خطائی ۶ ماشہ - زہر مہرہ اصلی ۶ ماشہ - زنجبیل سفید ۶ ماشہ - اجوائن ۶ ماشہ - باؤبڑنگ ۶ ماشہ - زرنجور ۶ ماشہ - ان ادویات کو کوٹ چھانکر زعفران خالص ۶ ماشہ - مشک خالص ۱ ماشہ - افیون ۵ سرخ کھرل میں حل کر کے آب برگ تنبول تازہ میں خوب باہم سب ادویات گھوٹیں - جب قوام گولیوں کے قابل ہو جائے تو اس کی گولیاں چنے کے برابر بنا کر رکھ چھوڑیں -

**فوائد :-** عورتوں کا مرض پرسوت جسے حمیٰ نفاسیہ کہتے ہیں اُس کے لئے اکسیر ہے - بچہ پیدا ہونے کے بعد سینکڑوں عورتیں اس موذی مرض کا شکار ہو جایا کرتی ہیں -

**ترکیب استعمال :-** دن میں تین بار - ایک ایک گولی پانی کے ہمراہ کھلائیں - پرہیز ترش اور بادی اشیاء سے لازم ہے -

**۷ - روغن گیسو دراز - نسخہ :-** بالچھڑ ۶ ماشہ - چھڑیلہ ۶ ماشہ تج قلمی ۶ ماشہ - خس ہندی ۶ ماشہ - زرنب ۶ ماشہ - برادہ صندل سفید ۶ ماشہ

آملہ خشک ۶ ماشہ - کپور کچری ۶ ماشہ - گھڑ بچہ ۶ ماشہ - برگ پانڈڑی ۶ ماشہ رتن جوت لکڑی ۶ ماشہ - ان ادویات کو کوٹ چھان کر ایک بوتل ناریل کے خالص تیل میں ڈالکر بیس روز تک دھوپ میں رکھیں - جب تیل کا رنگ سرخ ہو جائے اور خوشبو سے معطر ہو جائے تو کپڑے میں چھان کر دوسری بوتل میں بھر کر رکھ چھوڑیں -

**فوائد :-** اگر سر کے بال گرتے ہوں یا نہ بڑھتے ہوں - ان کے لئے یہ روغن اکسیر ہے - بالوں کو بڑھاتا ہے اور دماغ کو ٹھنڈک بخشتا ہے - ... کو تازگی بخشتا ہے -

**ترکیب استعمال :-** روزانہ غسل کے بعد بالوں میں لگائیں -

## ۸ - تریاق افزائش لبن

**نسخہ :-** دانہ خشخاش سفید ۵ تولہ - کنجد سفید مقشر ۵ تولہ - اسگند ناگوری ۵ تولہ کوٹ چھانکر نبات سفید ۱۰ تولہ میں کھرل کر کے باہم مخلوط کر کے رکھ چھوڑیں -

**فوائد :-** بعض عورتوں کا دودھ بچہ پیدا ہونے کے بعد خشک ہو جاتا ہے - ایسی عورتوں کے لئے یہ دوا نہایت مفید ہے - دودھ کی افزائش ہو جاتی ہے - اور بچہ سیر ہو کر دودھ پی سکتا ہے -

**ترکیب استعمال :-** آدھ پاؤ گرم دودھ میں ۲ تولہ یہ سفوف ڈالکر چمچہ سے ہلا کر شکر ملا کر کھلائیں - دس روز تک متواتر -

**اطلاع :-** خط و کتابت کرتے وقت نمبر خریداری کا حوالہ ضرور دیں - ورنہ عدم تعمیل کی شکایت معاف -

"منیجر"

# حمل اور حفاظت حاملہ

از شری ڈاکٹر ہری سنگھ صاحب مدیر اعلیٰ رسالہ "حکیم حاذق ویدراج"

۱۔ جب حمل قرار پاجائے تو کودنے، بوجھ اٹھانے، چیخ کر بولنے، زیادہ کھانے، غم و غصّہ کرنے و مدّرات قویہ اور اسہال سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ خاصکر چوتھے ماہ سے پہلے پہلے اور ساتویں ماہ کے بعد۔

۲۔ اگر مسہل کی ضرورت پڑے تو ملتا س کا ملیّن دیں۔

۳۔ جماع اور کھاری اشیاء باد انگیز سے بچائیں۔ مناسب غذا کا استعمال لازمی ہے۔

۴۔ اگر کبھی خون نکالنے کی ضرورت پڑ جائے۔ تو سنگی یا جونک کو عمل میں لائیں۔ ورنہ ایسی فصد کریں۔ جس سے تھوڑا تھوڑا خون نکلے۔ اور ان اشیاء سے پرہیز کریں۔ جو دل اور معدہ کو کمزور کرتی ہیں۔ یا جن سے بچہ کو صدمہ پہنچے۔

۵۔ بنفشہ کا استعمال منع ہے۔ مفرح اور مقوی قلب چیزیں دیں۔ غذا نرم اور زود ہضم ہو۔ مگر بھوکا رہنا بھی ضرر رساں ہوتا ہے۔

۶۔ قبض کی حالت میں سکنجبین گلقند کے ہمراہ دینا فائدہ مند ہے۔

۷۔ متلی اور قے کی صورت میں طباشیر پودینہ، انار دانہ، زرشک

اور الائچی خورد سے تسکین دیں۔ اگر حاملہ گرم مزاج والی ہو۔ تو زرشک انار دانہ ترش اور پودینہ ہر ایک چار ماشہ۔ فلفل سیاہ چار دانہ، نمک بقدرِ حاجت پانی میں گھسکر چٹائیں۔ اور اگر حاملہ سرد مزاج والی ہو۔ تو مصطگی، دانہ ہیل خورد، طباشیر ہر ایک ایک ماشہ شربت انار شیریں ملا کر چٹائیں یا عود خام مصطگی رومی، الائچی خورد و پودینہ ہر ایک چار ماشہ پوٹلی باندھ کر ۱½ پاؤ عرق الائچی سفید میں جوش دیں۔ جب نصف حصّہ رہ جائے تو چھانکر مصری ۱ تولہ ملا کر پلائیں۔ ہمارے مغربی طب والے کیپنگ گلاس (جو پچھنے کی ایک قسم ہے) یا بلسٹر (یعنی آبلہ ابھارنا) لیپ تجویز کرتے ہیں۔ مگر اس طریقہ علاج سے مجھے اتفاق نہیں۔ میرا ذاتی تجربہ ہے۔ کہ اس صورت میں بھی انار دانہ بریاں اور سبز پودینہ دانتوں سے چبانا اور اسکا لعاب [illegible] رنگ چوسنا فوراً تسکین دیتا ہے۔ گل ارمنی شربت بہی میں ملا کر چاٹنا از حد مفید ہے۔ دیگر ست گلو، الائچی خورد، طباشیر، سماق پوست سنگترہ مساوی وزن کا سفوف بنا کر مصری ملا کر ۲½ ماشہ کے قریب مطابق برداشت طبیعت دینا قے کی شدت کو رد کرتا ہے۔ فلفل سیاہ اور نمک آب لیموں میں ملا کر چٹانا مفید ہے۔ سکنجبین، مربہ لیموں کاغذی یا نارنگی وغیرہ کہ ترش کھانا تسکین دہ واقع ہوا ہے۔

۸۔ اگر سینہ یعنی چھاتیوں میں سوزش نمودار ہو تو زہر مہرہ عرق گلاب میں گھسکر مصری ملا کر دیں۔

۹۔ اگر نزلہ کی شکایت محسوس ہو تو عرق گلاب کے بدلے سونف کا عرق بہتر ہوگا۔

۱۰۔ نیز سر درد ہو تو خوشبودار اشیاء کا سونگھنا فائدہ بخش ہے۔

اس حالت میں فصد کرانا بڑی غلطی ہو گی ۔

۱۱ ۔ اس دوران میں بعض اوقات خفقان کی حالت نمودار ہو جایا کرتی ہے ۔ اس کیلئے مفرح چیزوں کا استعمال ضروری ہے ۔ کیونکہ یہ مرض فم معدہ کی شرکت کے سبب واقع ہوتا ہے ۔ اس میں غلیظ خلط ٹھہر جاتی ہے ۔ آبِ گرم کا گھونٹ گھونٹ پینا اور ریاضتِ خفیف جو فم معدہ کی غلاظت کو نیچے اتارنے ۔ مفید ہے ۔

۱۲ ۔ ہاتھ پاؤں میں ورم :۔ گل روغن اور سرکہ نمک کے ہمراہ یا صرف سرکہ میں سبز کوہ کے پتے پیسکر لیپ کریں اور حضض گھسکر آب کرنب میں گھول کر مصبر، صندل سرخ اور سپاری، عنب الثعلب کے پانی سے لیپ کریں ۔

۱۳ ۔ خارش یا جوش کے موقعہ پر جو جائے مخصوص کے باہر یا اندر ہو لعاب ریشہ خطمی ملتانی مٹی کے ساتھ لیپ کریں ۔ لنہ دہی کے پانی یا دودھ یا تربوز کے پانی سے دھوئیں ۔ نیز مہندی یا نیم کے پتے اور ست ستره پانی میں جوش دیکر تمام بدن پر ملیں ۔ اور بعد میں جوش دئے ہوئے پانی سے غسل کریں ۔ مردار سنگ سرد پانی میں ملا کر یا آبِ برگ مغیلاں میں لگانا اکسیر ثابت ہوا ہے ۔ بالفرض اگر ان طریقوں سے کچھ ازالہ نہ ہو تو اندر کیطرف ران میں سینگی لگانا دافع مرض ہو گا ۔

۱۴ ۔ ماہواری ایام ۔ اگر کبھی حیض جاری ہو ۔ تو پوست انار طائفی سرمہ سیاہ، پھٹکڑی اور مازو سبز گل گیرو، گل ارمنی وغیرہ کی پوٹلی رکھنا مفید ہو گا ۔ مرجان سرخ ران پر باندھنا حفاظتِ حمل کیلئے اکسیر ہے ۔ عدس، پوست انار وانجیر خشک سرکہ میں ملا کر پڑو پر لیپ کریں ۔

۱۵ ۔ شدید دردِ رحم ۔ اگر دردِ رحم ہو تو حاملہ پیٹ کے بل چت

لیٹ جائے۔ اور اگر بڑے پیٹ والی ہو۔ تو مثانہ سے پٹی باندھکر پیٹ کو اٹھائے رکھے۔

۱۶ - حمل اصلی وضع سے پھر جانا۔ اگر بچہ اصلی موقع سے ٹل جائے تو کسی لائق طبیب یا دایہ سے عمل کرانا چاہیئے۔

۱۷ - پاخانہ کا بند ہو جانا۔ یہ مرض عام طور پر فم مثانہ کی تنگی کی وجہ سے واقع ہوتا ہے۔ جس سے پاخانہ کا راستہ بند ہو جاتا ہے۔ اس موقع پر پچکاری کرنا فائدہ بخش ہے۔ جب ناقواں مہینہ شروع ہو تو ہر روز بادام روغن نہار منہ کھلایا کریں۔ اور ترش غلیظ اشیاء سے پرہیز کریں۔ حمام میں نہانا باعث صحت ہے۔ پیٹ اور پیٹھ پر تلوں کے تیل کی مالش کرنا مفید ہوگا۔ ہمیشہ مجرب غذا کھانا وضع حمل میں مدد دیتا ہے۔

## از ڈاکٹر اے۔ آر۔ شرما ڈرید دہلی

۱ - عورت اپنا محبوب چننے میں غلطی کرسکتی ہے۔ لیکن جب وہ ایکبار محبوب چن لیتی ہے۔ تو پھر اس سے جدا ہونا اس کے بس کا روگ نہیں رہتا۔ محبت کے میدان میں اکثر مرد نے ہی بیوفائی کا ثبوت دیا ہے۔ عورت نے اس امتحان میں جان دیکر بھی پریم نبھایا ہے۔

۲ - تمام دنیا کی بادشاہت حاصل ہو جائے۔ لیکن اگر عورت میسر نہ ہو تو مرد فضول ہے۔ وہ کنگال لاکھ درجہ اچھا ہے۔ جو سارا دن محنت کرتا ہے

شام کو عورت کا منہ دیکھتے ہی تمام مصائب تمام دُکھ درد بھول جاتا ہے۔

۳۔ عورت کی زبان وہ تلوار ہے۔ جو کبھی بھی زنگ آلودہ نہیں ہوئی۔

۴۔ مرد کو بیوقوف بنانا عورت اور شراب میں ہے۔

## عورتوں کے امراض کا آسان ترین علاج :۔

۱۔ **سیلان الرحم :۔ سفید رطوبت کا اخراج :۔** درخت پیپل کی راکھ درخت سے ہی اتار کر حاصل کیجائے تو بہتر ہوگی۔ ورنہ کسی با اعتبار دکاندار سے حاصل کریں۔ سفوف بنائیں اور چھ چھ ماشہ کی پڑیاں بنا رکھیں۔ صبح ایک پڑیا تازہ دودھ کے ہمراہ دیں۔ پہلے چار دنوں میں ہی فائدہ ہوگا۔ ورنہ ہفتہ کے اندر ہی مرض بھاگ جائیگا :۔

۲۔ **حیض کشا :۔** رائی ۳ ماشہ۔ ہینگ ۱½ ماشہ۔ سرکہ خالص ۲ تولہ میں پیکر ملائیں اور نیم گرم مریضہ کو پلائیں۔ حیض بآسانی کھلکر آجائے گا۔

**کثرت حیض :۔** گلنار۔ ماجو۔ پھٹکری۔ کالا سُرمہ۔ گندھک مدبّر سب ایک ایک تولہ کوٹ چھان کر لعابِ اسبغول میں شیاف تیار کریں۔ چند شیاف ہی بندش کر دیں گے۔

۴۔ ہومیو پیتھک کی دوا ایلیٹرس فیری نیوسا ماہواری ایّام کی کمی درد کی شکایت بھی ہو یا نہ ہو۔ تمام جسمانی کمزوری۔ رحمی کمزوری۔ اسقاطِ حمل وغیرہ تمام مستورات کے امراض میں مفید ترین دوا ہے۔

۴۔ **اسقاطِ حمل کیواسطے لاجواب دوا۔** افیون صاف شدہ ۱ تولہ رسونت خالص ۵ تولہ صاف کھرل میں ترش انار دانہ یا کھٹکل بوٹی میں ۱ گھنٹہ کھرل کریں۔ اور نصف رتی کی گولیاں بنالیں۔ گرتا ہوا حمل رک جائیگا۔ آدھ آدھ گھنٹہ یا پندرہ پندرہ منٹ بعد یہ گولیاں حسبِ ضرورت شربت صندل (اگر ملیں) یا چاول کی دھوون سے دیں :۔

# سیلان الرحم

( از جناب حکیم و ڈاکٹر غلام حیدر صاحب زبدۃ الحکماء )

جب کسی مملکت کے باشندوں کی صحت عامہ کا جائزہ لیا جاتا ہے۔ اور
ان کی عوامی صحت کو طبی معیار پر پرکھا جاتا ہے تو سب سے پہلے طبقۂ نسواں کے
حسن و جمال پر نگاہیں پڑتی ہیں۔ طاقتور اور آزاد ملک کیلئے ضروری ہے۔ کہ
وہاں کے رہنے والوں کی جسمانی حالت عموماً صنفِ لطیف کی صحت خصوصاً قابلِ رشک
ہو۔ لیکن جب ہم اس نظریہ سے اپنے ملک کی حالت اور صنفِ نازک کی صحت کو
دیکھتے ہیں۔ تو ہمارا سر ندامت سے جھک جاتا ہے اور اعتراف کرنا پڑتا ہے۔
کہ ہم نے دوسرے اعتبار سے خواہ کتنی ترقی کر لی ہو۔ مگر صحت کے لحاظ سے
ابھی تشنۂ تکمیل ہیں۔ میرا روئے سخن ۹۰ فیصدی غربا کے طبقہ سے ہے۔ اندازہ
کیجئے ہمارے ملک میں ہر سال کتنی عورتیں عالمِ زچگی میں مناسب طبی امداد نہ ملنے
کے باعث ابدی نیند سو جاتی ہیں؟ کتنی ماؤں کو صحیح غذا نہ حاصل ہونے پر
کمزور نسل پیدا کرنے کا ہدف بنایا جاتا ہے۔ کتنی غریب معصوم دوشیزائیں ہیں
جن کا حسن و جمال کھانسی، سل و دق، فقر الدم، احتباس الطمث جیسی موذی
امراض کی نذر ہو جاتا ہے۔ کتنی جوان خواتین کا دلکش چہرہ لیکوریا، ہسٹیریا،
سوءِ ہضمی کے باعث چھیںوں، سیاہ چھائیوں میں تبدیل ہو جاتا ہے۔ جبڑے نکل

آتے ہیں۔ چشم نرگس اندر گھس جاتی ہیں۔ غریب عورتوں کا عام طور پر بیمار رہنا فی الحقیقت ناکافی غذا کے سبب ہوتا ہے۔ اگرچہ بمشکل شکم سیری کیلئے ان بے چاریوں کو غذا ملجاتی ہے۔ لیکن کیمیاوی طور پر ان کے مناسب حال نہیں ہوتی۔ اور کچھ لاعلمی کیوجہ سے پکاتے وقت ان کے قیمتی اجزا برباد کر دیتی ہیں۔ انہیں کیا پتہ ہے کہ حیاتین معمولی درجہ حرارت سے ضائع ہو جاتی ہیں۔ ہمارے ملک میں طبقۂ اناث کے اکثر امراض عدم پیروی اصول حفظان صحت اور ناقص غذا کے باعث پیدا ہوتے ہیں۔ اکثر عورتیں اپنی عمر سے بہت کم وزن رکھتی ہیں۔ اکثر جلد کھردری، چہرہ بے رونق، ضعف ہضم، کھانسی، نزلہ کی شکایت میں مبتلا رہتی ہیں۔ غالب مرحوم نے جب ہی تو کہا تھا ؎

تنگ دستی اگر نہ ہو غالب

تندرستی ہزار نعمت ہے

عورت کائنات کی تخلیق اور گلشن زندگی کا مہکتا ہوا پھول ہے۔ عورت کو اسلام نے معزز ترین حقوق عطا کئے ہیں۔ لیکن شوہر کی بدعنوانیوں کے باعث اکثر عورت کی تمام زندگی روگی بن جاتی ہے۔ لہٰذا ہر نوجوان کو شادی کرنے سے پیشتر علم نفسیات کا جاننا از حد ضروری ہے۔ نسوانی فطرتی تقاضوں کو ادراک کرنا بڑا مشکل ہے۔ یہی وجہ ہے کہ آج کل عورتیں ذہنی امراض میں مبتلا ہو کر مختلف امراض کا شکار ہو جاتی ہیں۔ میں یہاں مختصر بیان کرونگا جس میں ۸۰ فیصدی عورتیں مبتلا ہیں۔ اور جسے سفید پانی آنا یا سیلان الرحم کہتے ہیں۔

**اسباب:**۔ اس مرض کے اکثر اسباب عام کمزوری، کمی خون، ورم رحم کثرت اولاد۔ بچپن کی شادی، رحم کا ٹل جانا، ورم اندام نہانی، سوزاک، آتشک، کثرت جماع، سل اور نقرس وغیرہ ہوا کرتے ہیں۔

**علامات** :- ابتدا میں مریضہ کو اندام نہانی میں لطف اندوز خارش ہوتی ہے۔ اور ساتھ ہی لیسدار سفید مادہ خارج ہوتا ہے۔ بعض عورتوں کو شدید خارش ہوتی ہے۔ کمر اور پیڑو میں درد اور بوجھ معلوم ہوتا ہے۔ پیشاب بار بار آتا ہے۔ مریضہ متفکر اور پریشان رہتی ہے۔ جوڑوں میں درد سر میں چکر اور بے خوابی کی علامتیں پائی جاتی ہیں۔ چونکہ لاغری عام ہوتی ہے۔ اس لئے ماہواری ایام بڑی تکلیف سے آتے ہیں۔ اور حمل قرار نہیں پاتا۔ کبھی عدم صفائی اور بے احتیاطی میں یہ مرض زمانۂ حمل میں شروع ہو جاتا ہے۔

بعض عورتوں میں اکثر اندام نہانی کے بیرونی حصہ سے ایک لیسدار سفید رطوبت خارج ہوا کرتی ہے۔ کبھی نئی دلہنوں اور زیادہ اولاد والی عورتوں کی بھی اندام نہانی میں خارش اور سوزش کیساتھ سفید رطوبت آتی رہتی ہے۔ غرضیکہ اس مرض میں باکرہ نوجوان لڑکیاں نئی دلہنیں ادھیڑ عمر کی عورتیں سب گرفتار ہو جاتی ہیں۔ ایسی مریضہ کی نبض ضعیف اور چہرہ سرخ خون ذرات سے خالی ہوتا ہے۔ رخسار پچک جاتے ہیں۔

**علاج** :- مریضہ کو عام صحت کو بحال اور خون پیدا کرنے کیلئے فولاد محلول روغن جگر ماہی وغیرہ کے مرکبات استعمال کرائیں۔ مقوی غذائیں مثلاً تازہ دودھ انڈے مکھن، سبز ساگ، پالک شلغم، مولی، گاجر، ٹماٹر بکثرت کھلائیں۔ نواکہات، سیب، جامن، انگور وغیرہ دیں۔ اس مرض میں چونکہ کیلسیم کی اشد ضرورت ہوتی ہے۔ لہٰذا تازہ صحت مند کا دودھ کا بکثرت استعمال بھی مفید ہے۔

مقامی طور پر اندام نہانی کو دافع تعفن لوشنز سے صاف رکھیں۔ پوٹاشیم پرمنگنیٹ آف پوٹاش ۱۰ گرین ایک پائنٹ پانی میں حل کرکے ویجائینل ٹیوب سے ڈوش کرائیں۔ ڈیٹول اور گلیسرین کو نیم گرم پانی میں ملا کر ڈوش کرانا۔

آج کل لیڈی ڈاکٹروں کا کامیاب معمول مطب ہے۔ اس کے علاوہ یہ نسخہ بے نظیر ثابت ہوا ہے:۔

پھٹکری بریاں ۲ ماشہ۔ مازو بریاں ۲ ماشہ۔ کتھ سفید ۲ ماشہ پانی ۱۰ چھٹانک میں ملاکر ڈوش کرائیں۔ یہ نسخہ عرصہ بیس سال سے میرا معمول مطب ہے۔

صفتہ:۔ موچرس ۱ تولہ۔ کمرکس ۱ تولہ، گل دھاوا ۱ تولہ۔ گل نوفل ۱ تولہ سپاریاں سرخ و سفید ہر ایک ۱ تولہ۔ گل پستہ ۱ تولہ، مصطگی رومی ۲ تولہ۔ کندر ۱ تولہ گلابی کتھ ۱ تولہ۔ گاؤزبان ۱ تولہ۔ ببگری ۱ تولہ۔ الائچی خورد ۶ ماشہ۔ کشتہ صدف ۳ ماشہ۔ کشتہ قشر بیضہ ۳ ماشہ اگر کسی مجبوری سے کشتے نہ مل سکیں تو نسخہ کی افادیت میں کمی نہیں ہوتی۔ کشتوں کے علاوہ تمام اشیاء کو باریک کر کے سفوف بنالیں۔ پھر کشتے شامل کر کے تھوڑی سی کھانڈ ملاکر ۳ ماشہ سے ۶ ماشہ تک ہمراہ شیر گاؤ تازہ کھلائیں:۔

# اِداری

ایک چمچہ صبح ایک دوپہر اور ایک شام بعد از غذا استعمال کرنے سے ۱۵ دن کے اندر اندر پرانے سے پرانا ماہواری ایّام کا نقص دُور ہو جاتا ہے - خون کا کم آنا - خون کا جسم میں کم پیدا ہونا - رنگت کی زردی - بے چینی - قبض - بھوک کی کمی - چہرہ کی پژمردگی - اُداسی غمگینی - ہاضمے کی خرابی وغیرہ سب جاتے رہتے ہیں - نہایت بھروسے اور تجربے کی چیز ہے

قیمت :- سات روپے ۸ آنے

علاوہ محصول ڈاک

ملنے کا پتہ :-

دواخانہ حکیم مشرق - گوجر بستی - لائلپور

## کمزور عورتوں کیلئے طاقت کی اکسیر دوا

# حیاتین

عورتوں کے ان امراض کا واحد علاج ہے۔ جو رحم کی کمزوری
خون کی کمی۔ ماہواری ایام کی بندش۔ بے قاعدگی۔ اعضاء
شکنی۔ ضعفِ جگر۔ دردِ سر۔ دردِ کمر۔ نفخ معدہ وغیرہ
سے پیدا ہوتے ہیں۔ یا ان کو پیدا کرتے ہیں۔ اکثر عورتیں
بے اولاد رہتی ہیں۔ اور آئے دن بغیر کسی صحیح علاج کے
مایوس زندگی کے چار دن گزار کر مر جاتی ہیں۔ جتنا یہ مرض
عالم گیر ہے۔ اتنا ہی اس کا کامیاب علاج کمیاب ہے۔

حیاتین کے باقاعدہ استعمال سے مندرجہ بالا تمام امراض
جاتے رہتے ہیں۔ یہ ایک مانی ہوئی اور یقینی دوا ہے۔ جس
کے استعمال سے ہر سال ہزاروں عورتیں تندرستی کے خوش
خوش دن گزار رہی ہیں۔

**قیمت فی شیشی چار روپے آٹھ آنے۔ محصولڈاک بذمہ خریدار**

**ملنے کا پتہ:۔ دواخانہ حکیم مشرق گوجر بستی لائل پور**

# آپ مایوس کیوں ہیں

اگر کسی مرض نے آپ کو پریشان کر رکھا ہو اور اس کا صحیح علاج سمجھ میں نہ آ رہا ہو۔ تو مایوس نہ ہو جیئے۔ اپنے مفصّل حالات لکھکر جناب زبدۃ الحکما حکیم سیّد منظور احمد زیدی گولڈ میڈلسٹ سے مشورہ حاصل کیجئے۔ ہر مرض کے متعلق مُفت مشورہ دیا جائے گا۔ خط و کتابت محفوظ رہیگی۔ انشاءاللہ تعالے آپ تندرست ہو جائیں گے۔ جواب طلب امور کیلئے ٹکٹ ارسال کرنا ضروری ہے۔

"منیجر"